SAGGIO MEDICO FISICO

INTORNO

Ai favorevoli effetti, che l' esercizio del cavalcare produce nel corpo umano.

DEL DOTTOR

FILIPPO BALDINI

Accademico dell' Istituto delle Scienze di Bologna, Socio corrispondente delle Reali Accademie de' Georgofili, e de' Fisico-Bottanici di Firenze, e delle Scienze di Siena.

SECONDA EDIZIONE

In cui si è aggiunto un Trattatino dei vantaggi del moto della Barca del medesimo Autore.

****

****

*****

***

*

IN NAPOLI MDCCLXXX.

Presso i Fratelli Raimondi

CON LICENZA DE' SUPERIORI.

[1767]

A SUA ECCELLENZA

GIOVANNI CHILD TYLNEY

CONTE TYLNEY, VISCONTE DI CASTLEMAIN, BARONE DI NEWTON, E CAVALIER BARONETTO.

MILORD

LA grata accoglienza, che il Pubblico ha fatta al mio Saggio intorno ai favorevoli effetti, che l' esercizio del cavalcare produce nel corpo umano, mi ha determinato a farne una seconda edizione. La distinta bontà, che Voi avete per me, e con cui incoraggite i miei deboli talenti, mi ha fatto desiderar l' onore di poterlo freggiare col Vostro rispettabilissimo Nome. La somma degnazione, colla quale vi siete compiaciuto di accordarmene

il permeſſo, mi ha ripieno di tanta fiducia, che non ho dubitato di aggiugnervi un' altra mia Operetta, ſu i vantaggi del moto della Barca, che a Voſtra medeſima inſinuazione ultimamente ho ſcritto. Son ſicuro che ſotto l' ombra di un tanto Patrocinio riſpetteranno i noſtri Ariſtarchi queſte mie tenui produzioni. I miei Nazionali vi ſtimano per gl' illuſtri titoli, che rendono riſpettabile il Voſtro Caſato. Vi onorano per le gentili maniere, e per le virtù, di cui ſiete adorno. Vi amano perchè avete voluto quaſi divenire noſtro Concittadino, ſcegliendo Napoli per il Voſtro più piacevole, e delizioſo ſoggiorno. Eſſi dunque non debbono mordere ciò, che è onorato della Voſtra Protezione. Io ſono

MILORD

Voſtro Divotiſs. Obblig. Serv. vero
Filippo Baldini.

DEGLI EFFETTI

DEL MOTO DEL CAVALCARE

Nel corpo umano.

Inter varia corporis motus genera, præprimis ille hic primatum obtinet, qui per equitationem fit. Hoc enim vasa & viscera infimi ventris egregie commoventur, ne sanguis spissescens, & stagnans, eo citius ad æqualem circuitum redire possit. Nenter Tab. 26. VII. 6.

PREFAZIONE.

IL mio istituto di professar medicina tende a mostrar la norma, onde ben conservare il Corpo umano, e ad additare i mezzi, onde guarirlo di quelle malattie, che avesse forse contratto: ed a tal' uopo io ho sempre amati i rimedj semplici, e naturali, meglio che le diverse Chimiche distillazioni, e le infinite composizioni inventate ne' segreti recinti delle Farmacopee. Or avendo non ha guari meco stesso recati ad esame gli effetti della Ginnasti-

ca, che alla classe de' rimedj naturali si appartiene, ho trovato, che non tutte le specie di cotali esercitazioni son della stessa natura; imperciocchè alcune arrecano manifesto giovamento; altre in atto, che apprestano il rimedio al morbo antico, producono un male novello; ed altre in fine nuocono direttamente. Dunque cercar bisognando quelle tali esercitazioni, che contengano il maggior bene, e il minor male possibile, io trovo appunto cotesti requisiti nell' esercizio del cavalcare. Ed in vero in tale esercizio il nostro corpo è soltanto adeguatamente commosso, non già come in altri furiosamente conquassato; le membra sono soltanto regolarmente esercitate, non già stranamente urtate, sforzate, e percosse; il sangue, e gli umori ricevono soltanto quell' urto, onde imprendere l' usato moto, non già quell' assalto onde sieno astretti ad uscire dalla propria sede,

sede, ed a perturbare la macchina istessa; le forze vitali sono solamente svegliate dal letargo, e richiamate alle loro funzioni, non già combattute, vinte, ed oppresse. Quindi è, che mi son messo di proposito ad esaminare i favorevoli effetti, che cotesta specie di ginnastica produce nel corpo umano, raccogliendo in un sol punto di veduta le notizie della Storia, i lumi della Filosofia, i Fisici esperimenti, e l' economia del corpo animale. Ma affine di procedere ordinatamente, ho voluto narrar pria l' origine, e il progresso dell' uso del cavalcare; indi additare gli effetti, che ne provengono, per rispetto alle mediche osservazioni, generalmente considerati; e finalmente tessere un' analisi distinta di tutte le Croniche Malattie, alle quali giova un cotale esercizio, e come, e quando, e dove usarlo convenga. Egli è questo un picciol Saggio, che potrà esser dilatato da in-

intelletto più vivace, e da penna più eloquente. Se non vi ſi troveranno gl' incanti delle grazie, ſi avrà almeno il lume della verità; ſe non la penetrazione, e il giudizio di un uomo invecchiato nella medicina, vi ſi ſcorgerà almeno l' adeſione, e lo sforzo d' un giovanile talento, che vuol avere la ſua picciola parte ne' doveri della Società; onde lungi delle critiche note, dovrebbe anzi meritare il benigno compatimento altrui.

PARTE PRIMA.

CAPITOLO PRIMO.

Dell' Origine, e Progreſſo dell' uſo di Cavalcare.

I. QUel naturale iſtinto, che ci chiama a conſervarci quanto più lungamente, e tranquillamente ſi poſſa, ci addita ancora i mezzi, che vi conducono, e la via, che tener dobbiamo: e ſe talvolta per natural debolezza, o per traſporto di paſſione mal regolata, afflitti ſia-

mo da alcuna malattia, ricorriamo immantinente al rimedio, e l'idea dello scampato periglio ci rende più cauti per lo avvenire. E poichè la maggior parte de' mali del corpo provengono dall'abuso delle cose alla vita necessarie; quindi è, che siamo sempre andati in traccia de' metodi migliori, e ci siamo sempre affannati a studiar l'arte, per distinguere le utili cose dalle nocevoli. Ma per quanta diligenza usata si fosse, non così presto, siccome tempo, ed esperienza vi abbisognava, pervenuti siamo alla perfetta cognizione; laonde gli uomini han messo ogni lor cura ad osservare diligentemente ciò, che agli altri stato fosse di giovamento, per poi, come Medici di lor medesimi, avvalersene al bisogno.

II. Non v'è, chi ignori, che i primi abitatori della terra applicati furono alla pesca, alla caccia, alla pastorale, ed all'agricoltura, onde stanchi alfine di così gravi travagli, la natura istessa dovette loro dettare l'industria di cavalcare su quei bestiami, de' quali serviti si erano, o per trasportare ciò, che lor bisognas-

ſognaſſe o per arar la terra, o per altro campeſtre lavoro: e così ritirarſi nei loro alberghi. Or paſſando dall' utile al neceſſario, avendo agevolmente compreſo, che per mezzo del cavalcare riacquiſtata aveſſero la forza, e il vigore, non ſia poi meraviglia, ſe per gl' infiniti ottimi riſultati ne foſſe l' uſo divenuto più frequente.

III. Quindi col tempo l' eſercizio di cavalcare fece de' gran progreſſi, poichè avendolo gli antichi trovato atto a conſervar la vita, lo promoſſero per tutte le vie. E ſiccome facilmente addiviene, che l' eſempio de' Grandi ſia quello, che più di ogni altra coſa faccia impreſſione negli animi della plebe, per ſeguire di buona voglia il loro commendevole, o vituperevole coſtume [1]; così i Principi più accorti, e le perſone più zelanti conſiderando beniſſimo l' utile, che arreca ai corpi umani il frequente uſo del cavalcare

(1) . . . . *Componitur Orbis*
Regis ad exemplum.
Claud. Marm. VIII. Verſ. 229.

care, rendendogli vigorosi, non per altro mezzo cercarono di promuoverlo, che con quello de' loro esempj. Ed in vero l'esempio, e le insinuazioni altrui non solo hanno l' attività d' infondere agevolmente de' nuovi affetti nell' animo; ma producono altresì delle positive alterazioni nel nostro corpo [1].

IV. Nè di ciò contenti, stabilirono ancora per legge espressa diversi esercizj corrispondenti alle varie età degli uomini; onde fu, che si videro in ogni Città edifizj destinati all' esercitazion corporale della gioventù, ove molti intervenir soleano, ed i vecchi sedeano spettatori, e giudici per coronar coloro, i quali vincessero, e a questi si rendevano degli onori. Per mezzo di cotesti esercizj si fortificavano, e portavano i loro corpi a quel grado d' insensibilità, per cui

(1) Quindi per essere stato Aristotele scilinguato, e per avere avuti Platone gli omeri contraffatti, ed Alessandro il Grande il collo un poco torto, e la voce un poco aspra, coloro eziandio, che praticavano con essi gli stessi vizj contrassero. *Plutar. de adul., et am. disc.*

cui ſi reſero terribili a tutt' il Mondo (1).

V. E ciocchè arreca ſtupore maggiore ſi è, che le Donne ancora ſi faceano gloria di montar a cavallo, onde acquiſtavano tanta forza, ed agilità, che un' aſſieme con gli uomini ſoleano guerreggiare. Così narraſi che le Scite non potevano prender marito, ſe prima non aveſſero dato in guerra replicate pruove del lor valore (2).

VI. I popoli della Teſſaglia talmente apprezzavano l' equitazione, che ne formarono un' arte colle regole corriſpondenti, ed inventarono, o migliorarono gli ſtrumenti del meſtiere, come furono le bardature per ſeder più comodamente, e le briglie per farſi ubbidire dai cavalli (3). Plinio il Naturaliſta però credette, che

(1) Quindi Lucano *de bello civili lib. VIII.*
Omnis in arctois populus quicumque pruinis.
Naſcitur, indomitus bellis, et mortis amator.

(2) *Polien. Stratag. lib. VII* e Ippocrate ancora *Horum Fœminæ equites ſunt, arcubus utuntur, ac ſagittas jaculantur ex equis. de Aer. Aqu., et loc.*

(3) *Frena Pelethronii Lapithæ, gyroſque dedere Impoſiti dorſo* .... Virgil. *Georg. lib.* III.

che Bellerofonte figliuolo di Glauco Re di Corinto fosse stato il primo, che inventato avesse le briglie, e le bardature (1).

VII. Fu molto in uso questo esercizio presso i popoli della Numidia, i quali col tempo acquistarono tale agilità, che dopo un certo numero di corse cangiavano il cavallo, saltando valorosamente dall'uno sull'altro: e quantunque non usassero le staffe, ed i cavalli non fossero insellati; pure lanciavansi destramente, nulla curando l' incomodo proveniente dalla forza del salto (2).

VIII. Tale era ancora il costume de' Persiani, praticato dai Re medesimi, come fra gli altri narrasi di Artaserse, e di Ciro, i quali niuna giornata oltrepassar faceano, senza intraprendere almen per poco tempo sì lodevole esercizio, laonde ne riportarono tanto profitto, che giunsero a decrepita vecchiezza, onde poi divenne un accreditato rimedio: e coloro,

---

(1) *Lib. VII. Cap.* 56.
(2) Tit. Liv. *Histor. lib.* XXIII.

ro, che per l'età, e per debolezza non poteano da per se stessi salire a cavallo, si servivano dell' ajuto d' un servo. A quest' istesso uso si uniformò ben anche Dario, onde cavalcando egli un giorno per luoghi montuosi, cadde con molto impeto, e ne ritrasse una violenta contorsione al piede, la quale immediatamente fu guarita dal celebre Medico Democede di Crotona, facendo con alcuni impiastri ritornare il calcagno a suo luogo, a cui poi Dario per riconoscimento della riacquistata sanità, fe le sue Reali munificenze sperimentare; imperciocchè oltre al regalo d'una magnifica catena d'oro, gli concedè altresì l'onore di sedere quasi ogni dì alla sua mensa (1). L'educazion poi principale de' Persiani riducevasi agli esercizj del corpo, cioè a cavalcare, e a trar dell'arco; ond'è, che la nazion Persiana, conforme ci attestano varj illustri antichi Scrittori, non mai nelle guerre si sbigottiva per le pioggie, per i venti, e per gli ardenti raggi solari

(1) Erodot. *lib.* III. *Cap.* 132.

lari, perchè ogn' un di loro fin dall' età più tenera, a forza di esercizj ginnastici, rendeva il corpo atto a resistere agl' insulti provenienti dalla varietà, e dai rigori delle stagioni (1).

IX. Dappoichè Solone in Atene, e Licurgo in Sparta accreditarono l' uso della equitazione, dimostrandolo quasichè necessario per acquistare una più soda complessione, non v' era nè Ateniese, nè Spartano, che mirabilmente non la esercitasse, come tra gli altri raccontasi di Socrate, e di Platone, i quali seppero ben provvedere alla lor salute cavalcando tutto giorno; onde fu, che in fino alla vecchiezza estrema vissero sani, forti, e tranquilli: e servirono bene a loro stessi, agli amici, ed allo Stato (2). Non è meraviglia dunque se i Greci grandemente onorassero i vincitori ne' giuochi (3); poi-

(1) Diodor. *lib. XI. e XII. p.* 333. 337.

(2) Adolf. *Dissert. Phys. Medic. Sel. Diss. VIII. p.* 352.

Hinc cum pueris Socrates ludere, et longa arundine æquitare non erubescebat. Heghi. *Qu. P.* 11. §. 10.

(3) Gli onori, che si tributarono ad Alci-

poichè aveano ben compresa la necessità de' corporali esercizj; e quindi furon veduti in ogni Città della Grecia luoghi destinati per cavalcare, ove v' erano ancora racchiusi edificj destinati per le donne, acciocchè anch' esse fossero ammesse a contendere il premio tra di loro (1), ciocchè facevasi, affinchè potessero soffrir costanti i dolori del parto, e dar figliuoli robusti, e sani alla Repubblica.

X. I Romani in ciò ancora, come in tutt'altro, seguirono l'esempio de' Greci

---

biade da tutte le Città della Grecia, ne sono una chiarissima prova. Cicerone ci assicura, che presso de' Greci tanto valeva la vittoria, che riportavasi ne' giuochi, quanto presso i Romani l' antico Consolato: *Olympiorum victoria*, son sue parole, *Græcis Consulatus ille antiquus videtur*. *Tusc. Qu. lib.* 2. *n.* 21. E Orazio ancora:

Palmaque nobilis
Terrarum dominos evehit ad deos. Od. 1. *lib.* 1.

(1) In tutt' i Paesi della Grecia era vietato, che le donne si approssimassero al luogo dove si celebravano i Giuochi. Una sola donna mascherata ebbe l' ardire di violar questa legge, ed avrebbe provata la pena prescritta dalla legge medesima, cioè la morte; ma i Giudici in grazia di suo Padre, de' Fratelli, e del Figliuolo, che tutti riportata aveano la vittoria ne' giuochi Olimpici, le perdonarono il suo errore, e le salvarono la vita.

ci, imperciocchè persuasi de' vantaggi del cavalcare, non solo con somma destrezza ne frequentarono l' uso, ma nelle circostanze altresì di non poter cavalcare, non si vergognarono di puerilmente esercitare tal ginnastica su di una canna. Eglino si lanciavano con grand' agilità sul dosso del cavallo, senza usar neppure le staffe (1); e talvolta ancora il destriero avvezzo per tempo a tale azione, piegava le gambe dinanzi, acciocchè potesse il Cavaliere montar più agevolmente sopra di lui (2); onde fuche Gracco s' indusse a far situare ai due lati delle strade alcune pietre ben' alte in certa distanza l' una dall' altra, affinchè servissero ai viandanti di ajuto per salire a cavallo, senza il soccorso di altra persona.

XI. Narrasi ancora, che Mario, Scipione, ed Ottavio Augusto, benchè fossero d' una complessione molto dilicata, a forza però di

---

(1) *Corpora saltu*
Subiiciunt in equos. Virgil. Æneid. *lib. XII.*

(2) *Inde inclinatus collum submissus, et armos*
De more, inflexis præbebat scendere terga
Cruribus . . . . . Sil *lib. X. de equ. Cl.*

di un continuo cavalcare si fortificarono talmente, che nelle fatiche delle guerre altro refrigerio non trovarono contro della lor fiacchezza, che di salire spesso a cavallo, convertendo in tal guisa in esercizio, lo stesso riposo (1). E Cicerone ancora lo stesso praticava, talchè dir solea, che l'esercizio a cavallo fosse quello, che piucchè d'ogni altro sicuro rimedio facesse nell'avanzata vecchiezza conservar la forza, e il vigore (2).

XII. Dagli esempj fin quì addotti, si può senza stento veruno inferire, che l'uso di cavalcare seguito si fosse da tutt' i Popoli sparsi sulla terra; ond' è, che dagli antichi, e da' moderni, da' Filosofi, e da' Guerrieri, da' Nobili, e da' Plebei è stato generalmente coltivato. Pria di por fine a questo Capo, mi si permetta di additare i più valenti Medici,

 che

(1) *Plin. lib.*1. *Histor. Natur.* A questo sembra, che si uniformasse M. Catone, come rilevasi da Celio: *Vita humana, ajebat Cato, probe ut ferrum est, si exerceas, conteritur, si non exerceas, tamen rubigo interficit*.

(2) *De Senectute p.* 84.

che de' favorevoli effetti dell' equitazione in varj tempi han ragionato, e che han messo ogni lor studio a tener lontano, o a guarire le malattie, che rendono più brieve, o più affannosa l' umana vita.

XIII. Sappiasi adunque, che Erodico Selimbriano, che impiegar soleasi a diriggere gli esecizj della gioventù, fu il primo ad osservare i vantaggi provenienti al corpo umano da tali esercizj, e specialmente da quello del cavalcare; laonde avendolo prescritto a taluni, che andavano in cerca della lor perduta salute, lo sperimentò infinitamente giovevole. Indi essendo egli stesso caduto in una visceral tabidezza, da cui sembrava di non potersene liberare; alla per fine dopo adoprati infiniti rimedj, non esperimentò cosa più atta alla guarigione, che l' esercizio a cavallo, dal quale ne riportò poi tanto profitto, che pervenne ad una età molto decrepita: e quindi i suoi discepoli molta ragion ebbero di vieppiù promuoverlo, prescrivendolo con molto vantaggio ad una moltitudine di persone inferme (1).

XIII.

(1) *Platon. in Phœdr. p. 177.*

XIV. Ippocrate, tra gli altri discepoli di Erodico, stimò molto giovevole ai corpi umani il cavalcare, e lo credette per uno de' più certi, e sicuri medicamenti dell' arte: ond' è, che era d' opinione, non esser bene intrapresa qualunque cura di malattia cronica, ove non si adoprasse il rimedio della equitazione (1).

XV. Diocle parimente, Prassagora, Filotino, Erasistrato, Erofilo, e Asclepiade Bitino furono d'opinone, che gl' infermi con altri medicamenti non dovessero guarirsi, se non se co' soli esercizj, tra i quali contavano l' equitazione (2).

XVI. Galeno poi, come si studiò di mettere in tutto il suo chiarore la medicina d' Ippocrate, così molto questa ginnastica valutò, dimostrandola non meno utile, che necessaria per l' acquisto di una felice, e lunga vecchiezza [3].

XVII. Celso, Aureliano, Oribasio, Alessandro Tralliano, Aezio, Antillo,

---

(1) *De Vict. rat. Sanor. lib.* II. *Cap. X. Sculz. Histor. Medic. lib.* I. *Cap. XI.*

(2) *Galen. lib.* I. *de Sanit. tuend.*

(3) *Mercat. de Sanit. tuend. p.* 45.

Avicenna infinitamente ai corpi nostri utile stimarono il moto del cavalcare, e così grande lor parve il vantaggio, che ne risultasse, che stabilirono de' canoni, e delle regole, per bene adoperarlo (1).

XVIII. Nè fu dalli mentovati dissimile il gran Sidenam nel prescrivere ai malati questo esercizio, e lo raccomandava non solo alle Isteriche, e agl' Ipocondriaci, ma ai Tisici altresì, stimandolo per costoro di sommo vantaggio (2). E il Keine finalmente era di sentimento, che il moto a cavallo fosse il più sano, e il meno laborioso esercizio, e che meno di qualunque altro gli spiriti disperdesse, e le forze consumasse (3).

XIX. A questo sentimento si unirono a maraviglia parimente il Pechei, il Tuller, il Bainard, il Mercuriale, il Cagnato, il Baglivi, il Valentino, lo Sta-

(1) *Mercurial. de art. Gymnastic. lib. VI. Cap. VIII.*

(2) *Procefs. integr., et de affect. in foemin. hyster.*

(3) Saggio sopra la sanità presso *Chambers T. 11. Cap. 5.*

Stalio, l' Offmanno, il Buchero, il Boerner, l' Adolfi, il Preval, il Barette, e il Benvenuti.

XX. Infiniti poi Letterati grandemente commendano il cavalcare, come dai loro ſcritti ſi raccoglie chiaramente, tra' quali ſi conta il Sigonio, il Lipſio, il Patrizio, l' Aleſſandro ab Aleſsandro, il Rantzovio, e il Loenſtein.

CAPITOLO SECONDO.

Degli Effetti provenienti dall' eſercizio del Cavalcare.

DOpo aver brevemente eſaminati i motivi, per cui gli antichi s' induſſero a frequentar l' eſercizio del cavalcare, convenevol coſa ora ſembra l' andar valutando i prodotti di tal ginnaſtica, per indi decidere come, e quando praticar ſi debba. Or per conoſcere con la poſſibile chiarezza gli effetti, che ſuole produrre nella noſtra macchina, non baſta ſoltanto riflettere, che l' ozio, e l' eſercizio ſieno dia-

diametralmente l'uno all'altro opposti (1); cosicchè esaminandosi le qualità del primo, si abbiano ancora gli effetti del secondo; imperciocchè è bene, che i prodotti, e le qualità del cavalcare si rechino in loro stessi ad esame partitamente.

I. Dai lumi della Filosofia anatomica siamo abbastanza rischiarati non essere altro il nostro corpo, che una macchina mossa da spirito immortale, ed architettata da onnipotente mano, la cui preservazione dipende dall' influsso de' nervi, e dalla inspirazione, e respirazione de' polmoni; d' onde poi si viene a conservar la circolazione degli umori, e le separazioni. Ma perchè ciò succeda, uopo è, che i solidi componenti i nostri corpi abbiano, e conservino una certa forza, che dicesi elastica, mediante la quale gli umori mantengono una certa fluidità relativamente agli usi, ai quali dalla natura son destinati, nè giammai li solidi allungarsi possono, se pria non vengono urtati, e mossi

---

(2) *Otium humectat, et corpus reddit debile, labor siceat, et corpus robustum facit.* Ippoc. *de Vict. rat. lib.* II. *Cap. X.*

e moſſi : e poichè concepir non puoſſi incurvamento, o infleſſione di ſorte alcuna, ſenzachè prima ſucceda qualche compreſſione de' ſuoi elementi; quindi ſegue, che quando ſi diſtendono le fibre, gli elementi, che le compongono gli uni dagli altri ſi diſtaccano: e ſiccome queſte mozioni ſon diverſe, così le ſenſazioni eſſer non debbano di ugual forza per le varie tempra degli uomini.

II. E poichè i muſcoli muovere non ſi poſſono giammai, ſe dal cervello per mezzo de'nervi una tal forza lor non ſi comunichi, perciò movendoſi i nervi, e con eſſi i muſcoli, eccitar ſi dovrà ſicuramente la circolazion degli umori; non fia dunque meraviglia, ſe al moto muſcutre ſuſſiegua una più rapida circolazione. egli è proprio effetto di qualunque moto ſopra gli umori, di ſconvolgere il ſito ſottopoſto, coſicchè avanzandoſi l'urto de ſolidi, ſi dovrà comprimere certamente il fluido lor ſottopoſto, e perciò ſi viene a reprimere, ed a ſciogliere il ſangue; imperciocchè trattenendoſi, cagionerebbe

a guisa delle acque stagnanti (1), una putrefazione acre, origine di molti mali.

III. Ogni corpo poi, che venga mosso, deve perdere, e dissiparsi in qualche modo, essendo a tutti noto, che niun grave sia naturalmente capace per sua intrinseca forza di muoversi, senzachè si faccia dispendio della sua energia. I muscoli adunque come strumenti del moto animale muovendosi per i nervi, nello applicarsi tal'azione, dovranno scemarsi in ragion, che quelli si muovono.

IV. Quando le parti solide con delle fluide si urtano scambievolmente, queste, che scorrono per i vasi, conservano una fluidità relativamente agli usi, e ai vasi altresì, ne' quali son racchiusi; cosicchè poi da questa proporzion di forze ne derivano quelle necessarie separazioni, che alla ben regolata economia animale abbisognano.

V. Benchè però i solidi fossero gli organi principali del giro degli umori, nulladi-

(1) *Cernis ut ignavum corrumpant otia corpus?*
Ut capiant vitium ni moveantur aquæ?
Ovid. *lib.* 1. *de Pont.*

ladimeno negar noi non poſſiamo all' aria la ſua efficacia, quando per i polmoni s' introduce ne' noſtri viſceri (1). La diloro maravSglioſa ſtruttura è quella, che tende a far agire nel corpo la forza, e la preſſion dell' aria ambiente; e come queſta s' introduce ſin all' ultime veſcichette, così paſſa indi nel ſangue, ove meſcolandoſi acquiſta tal forza, che divien motrice per conſervar non ſolo quel moto, che appartiene ai fluidi, ma ad eccitare altresì l' azion de' canali. Quindi è, che oſſerviamo eſſere il ſangue arterioſo de' polmoni di un color porporino bruno, nel mentreche quello delle rimanenti arterie ſerba un color roſſo; così il venoſo de' mentovati viſceri moſtrare un roſſo chiaro, in vece d' un porporino ſcuro: dalle

(1) Si controverte però tra più dotti Fiſici, ſe queſta introduzione ſi faccia, o non ſi faccia per mezzo de' polmoni, e l' una, e l' altra opinione ha avuto celebri fautori. Laſciando da parte gli antichi, credettero l' affermativa il Swammerdam, il Borelli, il Bellini, il Berger, il Bernoulli, l' Elvezio, l' Ales, e l' Aller, contro a ciò, che aſſeriſcono il Needam, il Pitcarnio, il Liſter, il Michelotti, il Bulfingero, il Boerhaave, ed il Van-Swieten.

dalle quali cose evidentemente si deduce, che l'aria ben s' intrometta nel sangue, ove tuttavia conserva la sua natura, ed altresì la sua primiera qualità, ed efficacia. Cotesto principio vitale, che nell'aria risiede, spargendosi per tutto il corpo, in vece di apportare incomodo, come pretendono taluni, piuttosto par, che coadjuva alla conservazion della vita nel somministrare vigore, e tuono a' solidi, onde si conserva, e si mantiene la nostra macchina.

VI. Esposta così brevemente l'idea di ciocchè costituisce lo stato sano del nostro corpo, vediamo ora come il moto, che si fa cavalcando viene a coadjuvar la forza dei nervi, ad accrescere il moto alternativo de' polmoni, ed a conservar la circolazion degli umori. Quando un uom cavalca placidamente, sentesi sul bel principio, che come il cavallo si muove, così si scuotono i muscoli addominali, gli estensori de' lombi, del dorso, e del collo; laonde contraendosi, e restringendosi questi, si vengono a scuotere i visceri chilopeotici, il cuore, e i polmoni, le fibre de' quali sono dal moto concussorio per-

percosse a somiglianza di una corda tesa nelle due estremità; imperocchè urtandosi nella metà, e curvandosi, ricevono dalla forza agente delle replicate impressioni, onde gli stami de' mentovati visceri allo scuotimento di un placido cavallo da retti, com' eran prima, si cangiano in curvi, e poscia di nuovo in retti, ed a proporzion poi, che il moto concussorio divenga più frequente, altrettanto ne seguirà la ragion dell' incurvamento de' medesimi, poichè si fan tanto minori, di quanto nelle obbliquità crescono. Le distenzioni poi delle fibre proporzionate essendo alle loro rispettive lunghezze, seguir dovranno la ragion dell' azion del movimento del cavallo, per lo che crescendo da un lato la forza della mossa, e dall' altra diminuendosi, non fia meraviglia, se poi per la scossa si viene a muovere l' intero sistema del corpo.

VII. E siccome successivo è l' impulso, che soffre l' uom, che cavalca; così le contrazioni, e dilatazioni de' visceri dovranno essere di egual periodo, onde il sangue, da cui irrigati sono essi viscere

ſceri penduli del baſso ventre, ſarà con velocità maggiore sforzato a circolare per tutt' i vaſi, e ad accreſcere perciò ſi verranno le funzioni, aumentandoſi nel tempo iſteſſo il corſo venoſo nel cuore. Quindi ſuccede, che giungendo a queſto viſcere il ſangue venoſo con maggior velocità, i muſcoli vitali con più frequenza ſi contraggono, ed accreſciuti di numero i ſuoi urti in un dato tempo, la velocità del ſangue arterioſo dovrà farſi altresì maggiore, e creſcere in quella ragione dell'avanzato moto del cuore; coſicchè poi rendendoſi gli umori più atti a ſcorrere per li più minuti, e remoti canali, ſi verranno ad impedire gl'intaſamenti, e le sfuggevoli, e liſce sfere del fangue ſaran vieppiù sforzate a cangiar figura, allungandoſi in sferoidi.

VIII. Tutti ben ſanno, altro non eſſere il fluido animale, che un prodotto di un ſangue molto puro, ſpogliato da tutte le imperfezioni; quando dunque la circolazion ſi faccia più eguale, e pronta, meglio ancora ſi eſerciteranno le altre funzioni: e poichè il moto della equitazione

zione facilita mirabilmente queste progressive funzioni ; quindi è chiaro , che debba coadjuvare ancora le forze animali , per le quali si mantiene il giusto equilibrio tra le parti continenti , e le contenute .

IX. Nè minor alterazione di quella , che ricevono i nostri corpi per la forza di concussione , avran parimente dall'aria ambiente , di cui attraverso si passa , quando si cavalca .

Gli ultimi fisici esperimenti ci additano chiaramente , che il peso dell'aria sulla superficie del nostro corpo sia per lo più di trentadue mila libre ; e perchè ella non è sopra di ogni individuo eguale , i dilei effetti perciò diversi esser debbono , secondochè nella sua qualità è differente , come nelle sue mutazioni noi la ravvisiamo in noi medesimi a somiglianza di altrettanti termometri (1).

X. Essendo l'atmosfera delle campagne pre-

(1) *Exercitiis modicis , tum corporis , tum animi custoditur intra sanitatis fines nativus calor.* Gal. *lib. de Consuet.*

pregna d' esalazioni molto favorevoli alla nostra vita, partorir dee senza dubbio diversi effetti sul nostro corpo, da quelli, che arrecar suole l'aria di Città. In questa ritrovandosi infiniti vapori impuri, che dai carboni, dai letami, e dalle respirazioni degli uomini si elevano tutto dì, nuocer dee senza dubbio alla respirazione, e alla salute umana; all'incontro quella delle campagne col soffiar de' venti, venendo ripulita dalle impurità, sarà più idonea, e vantaggiosa a conservar la nostra vita (1), e perciò uscendo noi dalla Città, perchè cangiamo aria, sentiamo immediatamente una certa ilarità di spirito, nata già da una più agevole respirazione, per cui li polmoni ritrovandosi meno oppressi, eccitano maggiormente il giro degli umori; così cavalcando in aria aperta, l'impeto di questa,

---

(1) *Hinc fit, ut qui in urbe, non solum tectis arcta, et officinis non suavissimis abundante, sed etiam populis frequenter vitam agunt, aerem ex multo excremento conflatum, et fœtore infectum trahant, quo continuus sanguinis, et præcordis fervor præternaturalis inducitur.* Keill. *Medic. Stat.*

sta, dovrà essere maggiore di quella delle Città (1).

XI. Per legge meccanica può dirsi senza fallo, che l' aria, che in noi entra mediante l' inspirazione agisca con maggior forza, quando attraverso la passiamo, siccome appunto succede col moto dell' equitazione; poichè agendo con più di vigore su de' polmoni, aumenterà vieppiù di questi l' elasticità; quali visceri poi col reagir su degli altri consecutivi, aumenteranno la loro azione, e le arterie contraendosi, e facendosi con maggior d' energia l' azion del cuore, gli umori in miglior modo si distribuiranno per l' intero corpo, e con maggior equilibrio, e gli altri secondarj ancora l' istessa forza acquistando, molto più volentieri si sequestreranno, e fuori del corpo si espelleranno mirabilmente (2).

XII.

---

(1) Veggasi la quistione di M. Vilars: *An renovatus aer sanitati saluberrimus?* Paris 1747.

(2) *Vectionis in equo omni momento viscera abdominalia, imo, et thoracica pendula concutiuntur, sibi invicem leniter quasi confricantur, interim aer purus majori impetu in pulmones agit, omnibus his simul conspirantibus incredibiles fiunt mutationes.* Van-Svvieten *in Boer. Aph.* §. 28. *num.* 2.

XII. Ne' noſtri corpi poi come vi ſono gran condotti eſcretorj, così vi ſono degli altri, che diconſi aſſorbenti, i quali eſſendo capaci di ricever l'aria ambiente, che li circonda, cavalcando noi, maggior aria per ivi s' introdurrà, e così ſi accreſcerà il tuono delle fibre, e dirigendoſi il moto degli umori nella ſuperficie, ſi accreſcerà l' inſenſibile traſpirazione (1).

XIII. Or facendoſi matura rifleſſione su quanto ſi è detto, ſi comprenderà chiaramente, che col moto dell' equitazione rendendoſi più elaſtici i ſolidi, ed eccitandoſi la forza de' nervi, col moto alternativo degli organi vitali ſi verrà immediatamente ad accreſcere la circolazion degli umori, ed il loro equilibrio, onde la vita ſi mantiene.

XIV. Da queſte univerſali conſiderazioni alle più particolari diſcendendo, non vi ha chi non ſappia, che a motivo della viſcoſità, onde il ſangue noſtro il più

---

(1) *Exercitatio ſupplet vicem purgationis humorum, qui ſunt in profundo corporis. Sanct. Aph. Sect. V. Aph.* XX.

più delle volte sembra che sia dotato, debba questa molto crescere, quando il moto muscolare si ritarda, poichè scemandosi l' azion del cuore, e de' vasi arteriosi, si vengono a turbare le naturali funzioni, motivo per cui gli umori linfatici trattenendosi ne' più piccoli canali, acquistano delle putrefazioni, in quella guisa appunto, che cagionar sogliono le acque stagnanti. L'alterna dunque contrazion de' muscoli accresciuta per la forza del cavalcare, è quella, che accelerar mirabilmente potrà il corso del sangue venoso verso il cuore, e diminuire nel tempo stesso la resistenza all' arterioso, che sta per superare l' angustia de' piccoli canali. Quindi s' intende, come per il valor di questo esercizio si vengono ad impedire gl' intasamenti, e ad eccitar lo scolo di quegli escrementi, che non separati, turbarebbero senza dubbio l' economia animale (1).

(1) Quindi Catullo volendo descrivere la meschina povertà di Furio, credè di fare un bellissimo elogio alla sua sanità, dipingendolo per l' uomo

XV. Scuotendosi i visceri, ne deriva una più copiosa separazione del sugo nervoso nel cervello, ed un' abbondante distribuzione di esso umore, affinchè più volontieri circolar possa per i nervi: e per le suddette ragioni col moto a cavallo molto più si verranno ad accrescere le separazioni; quindi si toglieranno gl' intasamenti, che non di rado arrecano degl' imbarazzi, disturbando essi l' economia del fegato, o d'altro viscere. E accresciuta l'azion de' muscoli, che comprimono il ventricolo, e gl' intestini, ed avvalorata la forza peristaltica del diaframma, si viene altresì a coadjuvare la digestione degli alimenti, onde quello, che vale a perfezionare il chilo, sarà di ajuto ancora, acciocchè quello ugualmente si possa distribuire nelle vene lattee, e salir poi con più di facilità per il condotto

---

mo più sano del Mondo:

A te sudor abest, saliva
Mucusque, et mala pituita nasi.
Hanc ad munditiem adde mundiorem
Quod culus tibi purior salillo est,
Nec toto decies cacas in anno. Carm. XXIII.

dotto toracico nel ſangue (1).

XVI. Eſſendo dunque ſicuro, che col moto del cavallo ſi vada il ſangue molto più volontieri a tritulare, per cui a girar con più di prontezza ſi diſpone, n'avverrà poi, che nel baſſo ventre vi s'accreſca la circolazione, onde ſi vengono a levare le oppilazioni, che la diſpoſizion de' rami negl'inteſtini ſogliono produrre: ed eſſendo il ſangue de' rami capillari venoſi continuo agli arterioſi, in queſti ancora ſi viene ad aumentare il movimento, onde promovendoſi in tutt' i viſceri la traſpirazione, vieppiù ſi corroboreranno.

XVII. Finalmente eſſendoſi dimoſtrato chiaramente, che l'eſercizio a cavallo ſia capace, piucchè ogni altro rimedio, di produrre una più rapida circolazion degli umori; il principio elettrico altresì, che par, che ſia copioſo ne' noſtri corpi,

 con-

(1) Quindi Mercato, *quod equitationis exercitium non ſolum benefaciat ipſi, ſed, et emendet victus rationes, quibus fiat, ut fere univerſa ſanitatis ratio in exercitando corpore ſita ſit. De Sanit. Conſer. p.* 52.

concepirà molto calore, e farà sì, che gli umori si possano maggiormente dilatare, ond'è, che si promoverà l'insensibile trasspirazione, che come è maggiore, così più vale a conservar sano il nostro corpo, ed a condur l'uomo ad una tranquilla vecchiezza.

XVIII. Dalle cose fin quì dette possiam conchiudere, che l'esercizio del cavalcare sia capace a conservar la vita umana, ed a tenerle lontani infiniti incomodi; poichè questo esercizio coadjuvando mirabilmente le forze animali, le vitali, e le naturali, manterrà sana, e salva la vita.

XIX. Quindi si comprende, perchè tanto si affatigò un accurato Professor di Lipsia per inventare una macchina, che in vece di cavallo servir potesse, e che ne imitasse tutti i movimenti. Questi si fu il Signor Quelmaz, il quale considerando molto bene il vantaggio del cavalcare, e conoscendo di non poter esere tal rimedio alla portata di ogni condizione di persone, ne studiò il modo da potere chicchessia esercitarsi nel cavalcare, sen-

ſenza aver giammai biſogno di beſtie per montare a cavallo (1).

[1] Il Signor Gaiſel, direttore del Magazzino Univerſale, ne fece fare in Venezia una ſimile, e nel primo volume del Magazzino ne diede una diſtinta notizia, unitamente coll' eſtratto dell' Opera del Signore Quelmaz.

PARTE II.

CAPITOLO I.

Delle Malattie Croniche, alle quali giova l' esercizio del Cavalcare.

DOPO di aver genericamente considerati gli effetti, che l' esercizio del cavalcare produce nel corpo umano, egli è di mestieri alquanto particolarmente ragionare delle malattie, che da tale esercizio ritraggono alleviamento, ristoro, e guarigione. Credono fermamente i più dotti Patologici,

gicì, che la principal cagione, e la più comune de' mali cronici provenga dalla deficienza di quella proporzion di ſorze, che tra' ſolidi, e i fluidi convien ſerbare: e quantunque naſca talvolta da una coſtituzion di umori viſcidi, e corroſivi, atta a produr de' ſcompigli; non di meno acquiſtano le parti ſolide tali rilaſciatezze, o increſpature, che rendono poi il noſtro corpo oltremodo miſero, e languente. Farem dunque un'analiſi diſtintiſſima de' mali, cui giova il cavalcare, e finalmente additeremo in quali caſi convenga aſtenerſene, come da coſa, che lungi di giovare, nuoce anzi aſſolutamente.

§. I.

Delle Malattie, che attaccano le funzioni Animali.

FRa i mali cronici, onde gli uomini eſſer ſogliono ſeriamente afflitti, occupano il primo luogo quei, che ſconvolgono le funzioni animali, e perciò ſtimo

di quì raccogliere in un diſtinto Paragrafo tutte quelle ſpezie, che tornano bene al noſtro propoſito.

1. Quanto frequente, altrettanto moleſto addiviene il Dolor del Capo, che ſuol provenire dal rapido moto degli umori oltremodo accreſciuto, o perturbato da alcuna materia irritante, che giri inſiem col ſangue, come ſia facile il formar tali diſſordini nel capo, moſtraſi chiaro colla giornaliera ſperienza, e ſpecialmente per l' intemperie dell' aria, come ſuccede allorchè taluno trovandoſi riſcaldato, ſi eſpone imprudentemente al freſco, ed al vento; o per la ſoverchia quantità de' cibi, che digerendoſi troppo lentamente, ſi vengono a formare delle viſcidità, atte a conturbar nel capo il giro degli umori.

Quindi ſi deduce, che l' indicazion curativa di queſto morbo conſiſte nello ſciogliere, e nel mettere in moto ciò, che trovaſi arreſtato. Ed in vero dipendendo da inſenſibile traſpirazione impedita, o da ſoppreſſo ſpurgo, l' eſercizio del cavalcare dovrà ſicuramente produrre un favorevo-

revole effetto, come quello, che attività avendo di rendere ai ſolidi l' elaſticità, e di togliere la turgeſcenza de' vaſi, potrà molto volontieri richiamando al priſtino ſtato le ſecrezioni, debellare gl' invecchiati dolori del capo. Coteſta eſperienza tornò bene all' Adolfi nella perſona del Conte di Sunderland, cui niun altro rimedio riuſcì tanto profittevole a toglier coteſto morbo, quanto l' eſercizio del cavalcare (1).

II. E poichè le cagioni medeſime, che in noi riſvegliar ſogliono de' dolori di teſta, produr poſſono altresì de' Svenimenti, e delle Vertigini, la cura perciò di queſti altri mali diſſimile eſſer non dee da quella del precedente. Coteſti mali ſono di lor natura talmente conneſſi, che volontieri uno ſi dà coll' altro la mano, e quand' uno ſopraggiugne, gli altri ancora non laſciano di farſi ſentire; quindi è, che per effetto della eſpreſſata proprietà del cavalcare ſedar ſi potranno così le vertigini, e gli ſvenimenti, come tutti

(1) *Diſſert. Phyſ. Med. Sel. Diſſ. VIII.* 1.14.

tutti gli altri malori del capo indifferentemente. Ccnvien però avvertire, che pria di porsi mano al rimedio, egli è d'uopo, che domata sia l'acuzie del male, giacchè altrimenti danno piuttosto, che utile ritrarranno gl'infermi, che si facciano montare a cavallo in tempo de' svenimenti, e delle vertigini. E di più pongasi mente che quantunque la vecchiezza soglia seco menare queste affezioni, non di meno il nostro esercizio potrà esser dannoso ai decrepiti, sottoposti a molti altri mali; laonde l' additato esercizio sarà commendevole soltanto a coloro, che per età, e robustezza sieno in istato di far uso del rimedio, senza pericolo di andar incontro a nuovo male.

III. Se la nostra mente a ponderar costantemente un sol oggetto è rivolta, i di lei organi soffrono tal cangiamento, che spesso risvegliasi quel male, che comunemente dicesi Delirio Melanconico. Questa malattia procede da una tensione, aridezza, e spasimo delle fibre, e specialmente dalle parti rugiadose, onde si formano nelle viscere delle oppilazioni, congiun-

giunte con moltitudine di ſconcerti del capo (1).

Quindi l' indicazioni curative ſono di corroborare i vaſi deſtinati alla digeſtione, raddolcire, ed attemperare gli umori troppo eſaltati, affinchè rendendoſi più agevole la circolazione, ſi poſſano mettere in quiete gli ſpiriti furibondi. Si rimedia a tutto ciò in qualche modo, facendo che l' ammalato dall' un dì all' altro cavalchi; imperciocchè quel moto avendo la proprietà di corroborare i ſolidi, ed attemperare i liquidi troppo eſaltati, e di ajutare la chilificazione, reſtituendo ad eſſi la parte balſamica, renderà il noſtro animo più ilare, e diſſiperà quei nojoſi penſieri, che ne ſconvolgono la quiete: dunque preſcrivendoſi ai melanconici l' uſo della equitazione, ſi verrà a togliere il lentore troppo eccedente ne' loro corpi, e ad accreſcere il traſpirabile, onde facendoſi in eſſi la circolazion degli umori più libera, ed unifor-

(1) Veggaſi il noſtro Trattato de' Bagni Freddi *Part. III. Cap.* 1. *p.* 133.

forme, ſi potran calmare gli ſtimoli, e dare ai vaſi, e alle membrane del cervello la forza ſiſtaltica, che loro è naturale.

IV. La depravazion poi degli umori derivata da un principio acre, e ſalino, o ſcorbutico irritando i nervi, ſuole ordinariamente produrre delle violente contrazioni de' ſolidi contro natura, richiamandoſi quindi le convulſioni, che a ſentimento di tutti altro non ſono, che altrettanti sforzi, con i quali la natura tende a liberarſi dalle materiali cagioni.

Quando i moti Epilettici vengono cagionati da addenſamento di linfa, come nei corpi flemmatici, e di fibra flaccida, che menano una vita oziosa, per cui ſi eccita una violenta agitazione delle membrane nerveo-membranoſe di tutto il corpo, ſe vi è rimedio, che poſſa accreſcere l'elaterio ai ſolidi, liberare i canali dal troppo umore, e conſumare la grande umidità, lo dovrà ſomminiſtrare ſenza dubbio l'eſercizio del cavalcare, il quale col mettere in moto i tardi umori, gli renderà più ſottili; emendando nel

nel tempo istesso le lor qualità depravate.

Venendo poi questo malore da aridezza, e spasimo dei solidi, o da siccità degli umori, per cui la massa de' fluidi sembra essersi spogliata di quella linfa necessaria, onde poi gli spiriti si sono resi fervidissimi, allora tanto nelle convulsioni, quanto ne' moti epilettici l' unico scopo sarà di restituire la linfa perduta, diluire in parte i sali irritanti, in parte invaginarli, e rallentare altresì le aride fibre; imperciocchè ogn' un comprende, che corroborandosi i visceri chilopeotici, si verranno a prevenire quei sconcerti, che produr possono l' annoverato malore. A tanto ottenere conferirà sicuramente la ginnastica del cavalcare, perchè inducendo ne' visceri perduli del basso ventre maggior vigore, si verrà a ravvivare il lor moto peristaltico; ed ajutandosi la separazione del sugo digerente, si aumenterà la perfetta sanguificazione, ed il sano nutrimento, onde si toglieranno gli stimoli, e le aridezze delle fibre, e si preveniranno in conseguenza le convulsioni, ed i moti epilettici.

V. Risvegliandosi l' Istericismo da cagioni, che attività hanno di sconvolgere, e spasmodizar quei nervi, che nell' utero piucchè altrove si ramificano, egli è chiaro, che la circolazione del sangue restar debba in qualche modo ritardata: ed increspandosi alcuni vasi, dovran mancare certe separazioni, atte poi a risvegliar quella infinità di sintomi, che osservansi negl' insulti isterici. Affezione è questa sì frequente nel nostro clima, che non vi ha donna, che non ne sia afflitta, a riserba delle campagnuole, le quali perchè menano una vita più esercitata, perciò non così facilmente ai vapori soggiacciono. Vero si è però, che alcune donzelle quantunque non soffrano tale insulto, pure per mezzo di ricercate contorsioni affettano parer altrui di esserne sopraffatte, e ciò per ben riuscire in alcune imprese della vita civile, o ne' soliti intrighi della galanteria. Or considerando la cagione immediata di questo male nella sensibilità, e nella irritabilità de' nervi, egli è sicuro che negl' intervalli di quiete, il moto del cavalca-

re

re dovrà effere molto vantaggiofo, sì nel ravvivare l' elafticità a tutt' i folidi egualmente, come nel togliere gl' ingroffamenti de' liquidi ne' vafi; onde poi venendofi a rimettere il fangue nella natural fua corrente, farà valevoliffimo a prevenir gl' infulti, o almeno ad accorciarne la durata de' periodi (1).

VI. L' Affezion poi Ipocondriaca è quella malattia, che efercita principalmente la fua azione nella regione del baffo ventre, ove gli umori mal diftribuendofi per i proprj canali, il fiftema nervofo foffre de' moti irregolari, per efservi ne' vifceri del baffo ventre umori ftagnanti per qualche foppreffa evacuazione; ond' è, che quefta malattia foventi volte fi mafchera in diverfe forme, talchè riduce in uno ftato molto infelice coloro, che ne fono afflitti. Quindi per facilitare il trattenuto, e per rendere più uniforme il giro degli umori nel baffo ventre, il moto, che fi fa cavalcando mol-

(1) Veggafi a propofito il Sidenam *de affect. in fœm. hyft. p.* 123.

molto dovrà coadjuvare: poichè ſcuotendoſi i viſceri, ſi maturerà, e ſi corriggerà la vizioſa diſtribuzion degli umori, e togliendoſi la lor ridondanza ne' vaſi ſpecialmente del gran condotto degli alimenti, ſi verranno a calmare gli ſpaſmi (1).

VII. Nelle malattie Spaſmodiche tra le quali ſi annovera la difficoltà del reſpiro, ſi ravviſa il moto de' polmoni perturbato, talmentechè impedendoſi in qualche modo la reſpirazione, mettono la vita in un imminente pericolo. Nell' Aſma dunque oltre della doloroſa reſpirazione vi ſi accompagna altresì una ſenſazione inſoffribile di anſietà, e di anguſtie nelle parti circonvicine del cuore. Or ſiccome negli aſmatici paroſiſmi in generale gli umori tendono verſo le parti ſuperiori, così l' indicazione curativa quella eſſer dee la prima, che tende a determinargli verſo

(1) *Inter varia corporis motus genera, præprimis ille hic primatum obtinet, qui per equitationem fit. Hoc enim vaſa, & viſcera infimi ventris egregie commoventur, ne ſanguis ſpiſseſcens, & ſtagnans, eo citius ad æqualem circuitum redire poſſit.* Nenter *Tab. 26. VII. 6.*

ſo le inferiori, indi conviene correggere le cagioni, che tal malattia fomentano.

Nella prima in tempo de' paroſiſmi il moto del cavalcare potrà eſſere molto giovevole, sì nel rallentare gli ſpaſmi, rimettendo la circolazione degli umori nel ſuo ſtato uniforme, e naturale, sì anco nel rilaſſare i polmoni. Nella ſeconda poi, collo ſteſſo moto aprendoſi qualche natural' emuntorio, cacciar fuori del corpo ſi potranno quegli umori, ch' erano nel petto radunati: ſiccome infinite volte in ſimili caſi vantaggioſo l' oſſervò il Boerave (1), e il Sidenam (2).

VIII. Nei depravati appetiti, prodotti da inefficacia, che hanno i torpidi umori gaſtrici a ſervire di meſtruo alle diviſate particelle del cibo già triturato, o per non eſſere con opportunità ſciolti, e ſeparati dal rimanente degli umori, il moto del cavalcare ſarà molto utile; sì per rendere la circolazione più vivace, e più elaſtici gli umori; sì anche a far,

D che

(1) *Aphor. de cogn. & cur. Morb.* §. 1. 210.
(2) *Proceſ. integr. p.* 121.

che essi divengano più facili a separarsi nelle rispettive lor grandule.

IX. I dolori articolari, e reumatici sogliono dipendere da alcuni tumoretti, che negli articoli, o ne' muscoli soglion risedere, prodotti ordinariamente da cagione, che disturbando la regolare circolazion degli umori, induce de' ristagni ne' più sottili vasi delle membrane, che circondano i tendini de' muscoli.

Ed essendo proprietà del moto del cavalcare l'accrescere maggior urto ne' fluidi, potrà facilmente espellere fuori del corpo gli umori, che fissi risiedono in alcun luogo.

X. E poichè questo esercizio è valevole a correggere le depravate qualità degli umori, ed a corroborare i solidi, sarà vantaggioso altresì a produrre l'uniformità delle membra ne' Rachitici.

§. II.

§. II.

Delle Malattie, che attaccano le Facoltà Vitali.

DOpo di aver dedicato un Paragrafo tutto intero alle malattie, che sconvolgono le facoltà animali, egli è d' uopo dedicarne un altro a quelle, che scompigliano le vitali, e che al par delle prime son pertinaci, e frequenti.

I. Incominciando dunque dalle Febbri, è in primo luogo da mentovarsi la febbre lenta, ed intermittente, il fomite della quale suol essere una grand' aridezza delle parti solide con gran penuria delle umide, e rugiadose, aggiuntovi un umor tenue putrefatto, ch' esce in forma di vapore da qualche viscere, e specialmente dal mesenterio, giacchè questo viscere suol essere la sede, così di tal febbre, come di altri non pochi mali (1),

(1) Veggasi Hoffman. *med. ration. T.1.Sect.* II. *cap.* 13. §. 10.

ſiccome tutto dì oſſerviamo.

Provenendo dunque queſte febbri da vizio di qualche viſcere chilopeotico, ſogliono per lo più eſſere preſervative di altri morbi più perniciosi; ma quando ſon pertinaci, ed accompagnate da gravi ſintomi, il moto del cavalcare ſarà molto indicato, poichè con queſto aumentandoſi l'urto de' ſolidi, e le ſecrezioni, ſi depureranno gli umori, e cacciandoſi fuori del corpo tutto ciò, che d' impuro trovaſi, ſi diſtruggeranno le cagioni fomentatrici. Quindi è, che lo ſteſſo rimedio utile ancora ſtimar ſi deve alle febbri Epidemiche, e Peſtilenziali, ſiccome ſperimentò il Raze, il quale in una certa influenza di febbri peſtilenziali, coloro ſoltanto vidde ſani, e liberi, che ſpeſſo frequentarono l'equitazione (1). Lo ſteſſo favorevole effetto fu ſperimentato dal Pringle, il quale credette fermamente, che tal ginnaſtica nelle armate conſervar poteſſe le truppe in ſalute (2).

II.

---

(1) Mercurial. *de Art. Gymn. lib.* 3. *cap.* 15.

(2) Oſſervazioni ſopra le malattie d' Armat. *Part.* 2. *cap.* 3. §. 5.

II. Proviene per lo più la Tisi dall' acrimonia degli umori, la quale un' assieme col sangue circolando riempie i vasi di sali acri, e pungenti; e questi poi irritando, e contraendo i solidi, ne accrescono la circolazione; e siccome qualora gli umori si dilatano, e si spandono, con maggior forza il sangue dovrà cacciarsi dentro il destro ventricolo del cuore, e nell' arteria polmonale, indi intromettendosi serpeggerà immediatamente tutt' i vasi, anco minimi de' polmoni; così poi da questi ne traboccherà il sangue, e la marcia, poichè i vasi polmonali non sono capaci di resistere ad un violento moto.

Or dall' essere i polmoni composti di semplici vescichette, proviene, che gli umori stravasati non così facilmente possano tutti cacciarsi fuori per la trachea, e bronchi; laonde si desume, che l' unico scopo per correggere questo male dovrà esser quello, che tende ad accrescere l' elasticità de' solidi, a rendere più facile l' espettorazione, ed a fortificare i polmoni già languidi, e rilassati: dunque il

 moto

moto dell' equitazione ſcuotendo i noſtri viſceri, li coſtringerà, o coadjuverà à facilitare il corſo agli umori ſtagnanti, onde molto ben volentieri potranno riſolverſi, ed eſpettorarſi le impure materie ne' polmoni (1).

III. Qualora lo ſtomaco, e gl' inteſtini ritrovinſi infievoliti, daran ricovero ad impuri ſughi, e riſvegliare perciò dovranno delle malattie non meno atroci delle altre, ſpecialmente l'affezion Celiaca, la Coléra, e la Lientería; e perciò ſi vede bene, che la cura di tali malattie conſiſte nel corroborare i viſceri digerenti.

Il moto, che ſi fa cavalcando, avendo forza di rendere più elaſtici i viſceri penduli del baſſo ventre, dee corroborare le inteſtina, e lo ſtomaco, e cacciando fuori per l' inſenſibile traſpirazione tutto ciò, che poteſſe apportar ſtimolo, ſarà ſicuro

(1) *Sanɛte aſsero, quod neque Mercurius in lue venerea, neque cortex Peruvianus in Intermittentibus efficaciores extent, quam in Phthiſi curanda exercitium equitationis.* Sidenam *Diſser. Epiſt. ad Gul. mot.*

curo rimedio a togliere la ſovrabbondanza degli umori (1).

IV. Nel Vomito ancora, nelle lunghe Diarree, e nelle più oſtinate Diſenteríe ſarà parimente vantaggioſo l' eſercizio del cavalcare, qualora la principal cagione, che conſerva tali ſconcerti foſſe la languidezza de' viſceri, o la diſunione del continuo nell' interna membrana degli inteſtini, a motivo delle ulceri ſparſe in diverſe parti della concava loro ſuperficie. E poichè non di rado di queſti mali la cauſa irritante ſi è la traſpirazione impedita, o minorata; perciò a promuover queſta, non vi è altro più ſicuro rimedio, che il cavalcare, ſiccome in ſimili circoſtanze Celſo per ſingolare ſpecifico il commendava (2).

V. Nell' Itterizia parimente, qualora la bile già ſeparata dalla comune maſſa degli umori non può ſcaricarſi nella ſua ve-

(1) *Equitatio magis quam reliquæ omnes exercitationes corpus præſervat, ſtomachum, & ſenſuum organa, eaque reddit acutiora.* Oribas. Lib. IV. Cap. XXIV.

(2) *Lib.* 1. *Cap.* 2.

vescichetta, o per debolezza, ed ostruzione de' vasi biliferi, o per la sua soverchia viscosità è costretta a rimettersi nella gran circolazione, di gran vantaggio dovrà essere la ginnastica del cavalcare; la quale coll' accrescere robustezza, ed elasticità ai vasi destinati a ricevere la bile, coadjuverà, acciocchè questa s' introduca ne' vasi disoppilati, i quali coll' essersi resi elastici, daran campo a quella di passare ai proprj usi.

VI. Se per qualche causa i più mobili umori della massa del sangue sieno dissipati, e rimasti quei, che sono meno pronti allo scorrere, venendo questi portati dalle arterie celiache, e mesenteriche alle viscere del ventre, in breve tempo succederanno delle oppilazioni, dalle quali sono d' ordinario attaccate le glandole del mesenterio, il fegato, e la milza: e quanto più coerente si va rendendo la sostanza arrestata, altrettanto più difficili a sciogliersi dovranno essere le ostruzioni. Qualora poi le suddette derivano da qualche vizio perticolare, che gli umori contraggono nel giungere a qualche viscere,

ove

ove viene impedita la ſua natural flui-
dità, e la libera circolazione, col tempo
vi ſi formano de' riſtagni di tal natura,
che terminano in tumori ſcirroſi.

In tutti queſti caſi debbonſi praticar ri-
medj tali, che poſſano accreſcere ai flui-
di la potenza ſolvente, ed eſpellere fuo-
ri del corpo la materia impura. A tal'
uopo giugne opportuno aſſai l'eſercizio
del cavalcare, come quello, che imme-
diatamente accelera la circolazione de' flui-
di; e comprimendoſi col moto i viſceri
del baſſo ventre, ſi viene così a dare in
un certo modo ai canali quella contra-
zione, che loro manca, ed un certo ur-
to agli umori ſtagnanti, onde ſi toglie-
ranno con facilità gl'intaſamenti: e non
potendo queſta ginnaſtica cooperare alla
riſoluzione de' tumori ſcirroſi, potrà al-
meno fare, che s'impediſcano gli accre-
ſcimenti, e ſi ſciolga quella porzion di
umori, ch'è diſpoſta ad altri nuovi arreſti.
Quindi è, che il Baglivi chiama il caval-
care il rimedio Erculeo di tali mali (1);
e'l

(1) *Prax. Med. Lib. I.*

e 'l Ramazzini rapporta una cura ſtraordinaria di oſtruzione ſcirroſa della milza, ſeguita nel corſo di un meſe non con altro ſpecifico, che coll'eſercizio del cavalcare (1).

VIII. Allignando nel noſtro corpo diſpoſizion tale di fluidi, che a poco a poco conturbano il meccaniſmo della maggior parte delle funzioni, ne naſcono in conſeguenza le Cacheſſie. E poichè queſte accompagnate vengono da debolezza de' ſolidi, ne riſulta che nulla potrà con maggior efficacia giovare, che l'eſercizio della equitazione, il quale eccitando ne' ſtami un certo che di energia, potrà ajutare l'inſenſibile traſpirazione ne' chiuſi corpi de' cachettici, e così cacciar fuori tutto quello, ch' è morboſo.

VIII. Allorchè gli umori reſi copioſi, e ſeparati dal ſangue ſi eſtravaſano altrove, coſtituiſcono allora quelle malattie, che diconſi Idropiſie. In tal morbo vi ſi ravviſa uno ſcompiglio di qualche viſcere principale, motivo per cui la parte

(1) *De morb. Artif. Cap. XXXIII.*

te ſieroſa, e linfatica del ſangue col ſepararſi, s' inſinuerà in maggior copia ne' vaſi linfatici, ed eſſendo propria natura delle viſcoſità di rallentare la circolazione, ſi verranno i ſolidi ad ingroſſare; onde rompendoſi i minimi vaſi, gli umori, che da queſti ſcapperanno, inonderanno le viſcere. Or coll' eſercizio del cavalcare ſcuotendoſi gli ſtami, ſi verranno molto volentieri a promuovere le ſecrezioni, e riſolvendoſi i nodi, ſi renderà più uniforme la circolazione. Non è meraviglia dunque ſe il Tralliano grandemente lodaſſe l' equitazione in queſta difficile, ed oſtinata infermità (1).

IX. Conſiſtendo lo Scorbuto in un violento ſconvolgimento delle funzioni del corpo, prodotto da una corruzione di umori, ſi guariſce con quei rimedj, che poſſono accreſcere le forze vitali. E quindi per effetto dello ſcuotimento, che ſi ſoffre cavalcando, riſolvendoſi i tenaci, e viſcoſi umori, ſi vengono a togliere le Oſtru-

(1) *Hydropicis conducit motus, qui fit per equum &c. Lib. IX. Cap. III.*

Ostruzioni de' minuti vasi: e così corroborandosi i solidi già infievoliti, si faciliteranno la circolazione, e le secrezioni.

X. Finalmente derivando alcune malattie delle donne, come la Clorosi, la Suppressione de' mesi, il Rilasciamento dell'utero, e lo Scolo bianchiccio da debolezza de' solidi, e da una colluvie di umori impuri, ognun vede bene quanto possa essere vantaggioso il moto del cavalcare in queste malattie; imperciocchè comprimendosi i visceri, si vedrà accelerare il moto del sangue verso il cuore, si evacueranno gli umori soverchi, e togliendosi la pienezza, e la dilatazion de' vasi, si potrà stabilire la lor naturale energia.

XI. E perchè il pregiudizio attaccato ad alcuna condizion di persone, non permetterebbe un cotale esercizio indifferentemente; quindi quelle donne, che iscanzar vorranno una critica male a proposito, lo stesso beneficio ritrovar potranno, usando la macchina del Signor Quelmaz. Ed in vero se in ciascun Monistero di

Mo-

Monache vi ſtaſſero pronte all' uopo alcune di quelle macchine, goderebbero perfetta ſanità le tante donne ivi racchiuſe, e ſi riſparmierebbero tanti ſalaſſi, tante purghe, e tante pillole antiſteriche.

XII. In oltre derivando la vecchiezza dall' aver perduto i ſolidi la giuſta pieghevolezza, onde periſce in eſſi quell' elaſtico tuono, e dall' eſſere gli umori divenuti crudi, e mancanti della neceſſaria fluidità, non v' ha chi non conoſca, che l' eſercizio della equitazione eſſer debba il più valevole rimedio a prolungar la vita dell' uomo, ed a tener lontani, per quanto ſia poſſibile, i diſagi della vecchiezza. (1)

CA-

[1] Veggaſi la noſtr' Opera de' Bagni Freddi *Part. II. Cap. I. pag.* 87.

CAPITOLO SECONDO.

De' d nni, che può arrecare in alcune occasioni il Cavalcare, e delle Cautele da osservarsi nell' uso di questo Esercizio.

OGni regola, come suol dirsi, soffre la sua eccezione: le conseguenze hanno un sicuro rapporto alle premesse: e 'l cangiamento de' dati sovverte in guisa talvolta opposta lo scopo di una proposizione. Non diversa è l'indole della materia, che abbiam per le mani; imperciocchè siccome l'esercizio del cavalcare lenisce, e toglie via tanti morbi del corpo umano, considerato in tutte quelle circostanze fin quì recate ad esame; così riesce inutile, o di nocumento qualor sieno diverse, o diametralmente opposte. Ecco l'argomento, che mi son proposto di trattare in quest' ultimo Capo.

I. E primieramente stimasi il cavalcare nocivo ai dolori diuturni articolari, poichè col comprimersi i vasi, ed i fluidi,

di, uopo è che divengano ſnervati, e cacciandoſi fuori il più ſottile, le materiali cagioni reſe meno atte al giro vieppiù s' inarcheranno, onde produrranno nuovi, e più duri tumoretti; quindi è, che i Sciti non per altro zoppi, e contratti erano, che per lo ſmoderato uſo di ſtare a cavallo, talchè reſtavano non rade volte impotenti a muovere le coſce (1).

II. Per l' iſteſſo motivo dovrà eſſere queſto eſercizio nocivo a coloro, che ſoffrono de' dolori Sciatici, e Podagrici (2); che che in contrario detto ne aveſſero Temiſone, Teodoro Priſciano, e Plinio preſſo il Mercuriale (3).

III. Danno altresì dovrà recare queſto eſercizio a tutti coloro, che ſoffrono difficoltà ed ardori di orina, emorroidi, mali de' genitali, ed ernie; perchè ne' mali de' reni eſſendo leſa o la veſcica, o il di lei collo, o l' uretra, colla fregagio-

---

[1] Ippocrat. *de aer. aqu. & loc. p.* 36.

[2] Per queſto pensò Celſo eſſere il cavalcare *ei, cui genua dolent inimiciſſimum. Lib. IV. Cap.* 23.

[3] *De art. Gym. lib.* 1.

gione, e col calore, che quelle parti è forza che contraggano in cavalcando, il male vieppiù si aggraverebbe. L' istesso dir si dovrà degli Emorroidisti, e degli Erniosi, a causa che in costoro essendo rilasciato il Mesenterio, e le Intestina, col moto del cavalcare si produrrebbero i prolassi: e fregandosi le parti sulla sella, ed essendo malmenate, ben volentieri si potrebbero infiammare (1).

IV. Parimente a' Calcolosi nemmen credo, che possa convenire il nostro esercizio, poichè l' effetto, che da questo si vorrebbe è dubbio, potendo la scossa del cavallo eccitare con forza l' evacuazione del calcolo, onde produrre delle emorragie, e degli atroci dolori; non potendosi alcuno assicurare della natura, e figura del calcolo, se sia levigato, o rotondo, o in sito da potersi imboccare nell'uretere.

V. Quando il moto, che fassi a cavallo, arriva ad alterare il respiro, vien riposto tra gli esercizj violenti. Allora

---

[1] Quindi scrisse Paolo Egineta, *qui rupturas habent ab equitatione cavendum esse. Lib. 3. Cap. 53.*

ra con gran forza operar debbono quei muſcoli, che ci reſtringono in ſella, e con forza maggiore quei, che tengono il tronco dritto, più che nelle altre andature; affinchè il gagliardo moto non iſconcerti, ne ponga l'uomo fuori di quell'equilibrio, ch' è neceſſario per non cadere. In queſto moto violento, qualora i dondolamenti ſon veementi, e a lungo continuati, uopo è che i muſcoli non ſolo delle braccia fortemente agiſcano, ma che quei delle coſce ancora, e delle gambe con violenza operino per tenere, ed equilibrare il tronco (1). In queſto moto ſi viene ad urtare con forza, e con celerità nell'aria, la quale non laſcia di accreſcere i gradi della ſua reſiſtenza, in quella proporzione, con cui il moto, che riceve il corpo dalla forza del cavalcare, ſupera il moto, che far debbe l' aria cedendo.

---

(1) Quindi Ippocrate: *hic ubi ſanus fuerit, neque ad ventum celeriter currat, neque equum, neque currum conſcendat. de intern. effect. text.1.9.*

ne ſiegue da ciò, che l'aria dee molto comprimere la cute dell' uomo, che con violenza cavalca.

VI. Che il trottare, ed il correre ſia un'infelice eſercizio non ſolo a tutte le membra, ma all' interne viſcere ancora nimico, ed incomodo lo dimoſtrarono il Santoro [1], il Gorter (2), ed il Cheyne (3). E quantunque foſſe un moto all' intutto paſſivo, tuttavia però diſperde aſſai e non poco le forze, e tormenta l' intiera noſtra macchina più di qualunque altro laborioſo eſercizio. L' azione del cavalcare accreſcendo, come dicemmo, il rapido giro degli umori, il calore in eſſi altresì ſi aumenta; ma facendoſi coteſto eſercizio velociſſimamente, e di molta durata, allora il ſangue vieppiù viene ad eſſere rapidamente moſſo, e ſi diſſecca, per la co-

(1) *De anim. Affect. Aphor.*
(2) *De inſenſibil. perſpirat. ad aphor.*
(3) Saggio ſopra la ſanità.

copiosa dissipazione delle sue parti acquose; e la resistenza dell' aria applicata ad un corpo, in cui il sangue velocemente corre, accresce le fregagioni, ed un maggior calore eccita, ed induce; donde ne siegue, che la respirazione diverrà assai più breve, e più difficile; e quindi ne nascono i sbocchi sanguigni.

VII. Essendo il cavallo di buone reni; snodato, che con facilità si metta in corsa, e che nel galoppare non alzi le groppe, poca, o niuna scossa ne riceve lo stomaco; poichè le natiche dell' uomo, che cavalca dalla sella non si allontanano, ma fanno un tutto se movente con il cavallo; e perciò i mali effetti del galoppare, e del correre non debbono sempre misurarsi dalla veemenza del moto, ma dalle qualità ancora del cavallo, e dallo stato di chi cavalca; onde per un giovane robusto, che può soffrir fatica, il correre a cavallo esser può salubre, ed all' incontro suole ordinariamente riuscir dannoso per i deboli, e vecchi complessi.

VIII. Lo ſmiſurato correre a cavallo, inducendo in noi un notabile diſpendio di umori ne' muſcoli, e negli altri corpi nervei, rende queſte parti eſtremamente ſecche, e aride; ond' eſſe ſi ſtendono, e caggiono in convulſioni: e venendo la figura sferica, o annulare del ſangue alterata da forte impreſſione della ſcoſſa del cavallo, ne ſegue, che le parti acquoſe del ſangue ſi toccano in maggior numero de' punti loro, e formano nuovi ſtimoli, che maggiormente aumentano gli ſpaſmi. Ne vidi un eſempio in un giovane, che ſi eſercitava nella cavalleria, il quale, ogni volta che veniva obbligato di correre a cavallo, ſubito era aſſalito da fiere convulſioni, e non ne guariva, ſe non dopo del ſalaſſo.

IX. Sono le arterie noſtre in uno ſtato di violenza, ogni volta che vengono più del naturale diſteſe: non è dunque ſtupore, ſe col mezzo dell' elaſticità, e della forza muſcolare delle lor fibre cercano le loro pareti di approſſimarſi di nuo-

vo

vo agli assi loro, e che reagiscano sopra del sangue, che le fa estendere. Quindi è, che quanto più grande è l' azione, indotta dall'equitazione, più si aumentano gli sforzi, che le arterie fanno per contraersi, e che contratte debbono reagire su del sangue così spesso, come più frequentemente il cuore si ristringe: molto volentieri perciò le piccole arterie in modo si distendono per la violente corsa a cavallo, che delle volte si rompono in emorragie.

X. Confessano tutti, che l' evacuazione emorroidale viene dalla difficoltà, che ha il sangue di circolare nelle vene del basso ventre: il violento moto a cavallo accrescendo il giro del sangue, l' obbliga a portarsi in troppa quantità, ove trova minor resistenza; onde l' estremità de' vasi, che mettono capo nell'intestino retto, soffrir debbono una rottura, per la distenzione cagionatavi dal sangue (1).

(1) *Omnis agitatio exulcerat*, diceva Celso *lib. IV. Cap. XV.*

XI. L' esercizio violento a cavallo è nocivo ai vecchi decrepiti, perchè scuotendo eccessivamente i loro visceri, può volentieri cagionare de' notabili disturbi per lo rilassamento, e per l' eccessiva languidezza del moto peristaltico del loro stomaco; dal che ne possono nascere l' ansietà negl' ipocondrj, e li dolori di ventre, accompagnati da tenesmo. Si guarderà parimente di non prescriversi questo esercizio a quelli, che sono appena sortiti da un morbo violento, perchè inducendo moto avanzato ne' loro umori, prender potrebbero delle qualità distruttive, e contribuire alla produzione di nuove malattie.

XII. Nè ordinar si deve l' esercizio del moto a cavallo a quelli, che sono travagliati da male acuto; non che neppure a quelle donne, che sono gravide; imperocchè l' esperienza cotidiana ne insegna, che basta una picciola scossa per fare abbortire una donna. Non debbono neppur cavalcare coloro, che hanno perduta una gran quantità di sangue; perchè

chè conciliandosi soverchia forza ne'loro solidi, ed accelerandosi la circolazione del sangue, potrebbesi facilmente aprire qualche vaso, con produrre nuovamente dello scolo di sangue.

XIII. L'esercizio a cavallo dee essere assai moderato per quelli, la di cui abitudine del corpo è spongiosa e porosa, e li di cui vasi son deboli molto e numerosi; poichè può darsi, che una gran quantità d' umori fissi sia annidata ne' visceri, dove sono in gran numero li vasi sanguigni, siccome nel fegato, nella milza, ne' reni; sicchè sieno questi vasi ripieni di soverchio, ed ostrutti nelle persone d' una costituzione, come la quì descritta: è allora evidente, che l' eccessivo moto a cavallo non potendo, se non ingrandire la distenzione, e l' ingorgamento, deve necessariamente produrre qualche notabile lesione.

XIV. Non sò perciò comprendere senza stupirmi, perchè l' uso del cavalcare per la cura delle malattie, debba essere in ta-

le trascuranza, che pochi lo adoprano. Se si consideri in quanta voga, ed in qual grido sia stato presso gli Antichi, e quanto siasi speso dai medesimi per renderlo delizioso, e comodo, siccome abbiam dimostrato, non si esiterà a conchiudere, che questo esercizio usato con prudenza può giovar moltissimo in molti mali. Ed acciocchè produca tutti li buoni effetti da esso desiderabili, è necessario distinguere i complessi degli uomini, ne' quali è poco utile, da quei, ne' quali è giovevole, variando la sua forza, ed azione secondo lo stato diverso, e mutabile de' nostri fluidi, e 'l tessuto particolare de' solidi. Convien dunque variarlo secondo le circostanze, e sospenderlo, quando bastantemente s'è adoprato; poichè la natura si abitua talmente alla lunga continuazione di un rimedio, che cessa sovente di produrre lo stesso effetto.

XV. E poichè il sostanziale dell' arte Medica consiste di prendere il tempo, in cui il medicamento può operare, e di atten-

tendere all'alleviamento dell'infermo, stà perciò bene talvolta accrescere, o minorare l'uso del cavalcare, affinchè produr possa degli effetti, che si desiderano. Così coloro, che soffrono a cagion del moto a cavallo de' vomiti, e de' dolori di viscere, non debbono mai cavalcare con lo stomaco digiuno; e conviene ancora, che si cingano i visceri con fascia, affinchè non molto si distendano.

XVI. L'uso dell'equitazione è salutare, quando non abbatte gli spiriti, e le forze; perocchè quest' esercizio, essendo della natura degl'incisivi, se altro non distacca, che gli umori viziosi, non può produrre niun'effetto nocivo, ma evacuandoli, diverrà necessariamente giovevole: che se all'opposto con de' vomiti, e capogiri distrugge i sughi nutritizj, e scompone l'economia animale, non può, che nuocere sommamente.

XVII. Si son fin quì esaminati gli effetti del moto del cavalcare, e si può conchiudere, che l'uso di questo esercizio

zio pare, che competa piuttosto a quei, che sono d' un temperamento flemmatico, che alle persone magre, ed estenuate, e il di cui sangue circola troppo presto. Quindi nascono tutte le malattie, che hanno per causa la troppa grande attenuazione degli umori per l' introduzion de' sali muriatici. Si vede dunque la ragione, che fece dire al Boerave, che l' uso cattivo dell' equitazione dispone il corpo umano alla consunzione. Ragguaglia Boecler, che molti son caduti in consunzione per l' abuso del moto a cavallo. Di più dice di aver conosciuto un giovane assai magro, il quale per essersi senza condotta abusato del cavalcare, fu preso un giorno da una vertigine, da cui non ne restò libero, che dopo molto tempo; imperocchè la proprietà, che ha questo esercizio di stimolar le fibre, e di sciogliere gli umori, dà occasione di conchiudere, che sia nócivo, quando è troppo forte, e lungamente continuato, alle persone special-

cialmente assai pletoriche, e a quelle altresì, che hanno troppa sottigliezza di sangue.

XVIII. Tali ragionamenti credo, che dovrebbero esser sufficientissimi ad illuminare taluni, i quali poco uso facendo della ragione, e delle altre facoltà dell' animo loro, prescrivono l' uso del cavalcare in alcuni casi, sol perchè così appresero da altri di dover fare in simili circostanze. Costoro d' ordinario non medicano qualunque anche picciol male, senza un mescuglio di rimedj farmaceutici; mentre dicono, e forse credono, che sia un accidente, o un impossibile la guarigione di una malattia, se si medichi con semplicità.

XIX. Resta in ultimo luogo, che divisiamo tutte quelle cautele, le quali sono piucchè necessarie a sapersi, affinchè questa ginnastica riesca di profitto. E in primo luogo egli è consentaneo alla prudenza umana, che usar convenga un cavallo docile per natura, e ben adatto, e ben istruito nel suo mestiere; giacchè per tutt'

tutt' altro mi rimetto alla induſtria de' Cavalieri, ed agl' intendenti dell' arte. Avvertendo ſoltanto a' mal ſani, che queſta ginnaſtica dovrà eſſere nel principio lenta e moderata, altrimenti cagionerebbe infiniti ſconcerti.

XX. Secondo poi la tempra degli uomini, così preſcrivere ſi dovrà la continuazione di queſto eſercizio; poichè a taluni converrà, che ſia moderato, ad altri concuſſivo. Vero ſi è però, che il galoppare dovraſſi per lo più ſtimare per coſa, ſe non nociva direttamente, almeno di qualche detrimento; imperciocchè dovendo la noſtra macchina affaticarſi di molto per ſuperare la reſiſtenza dell' aria, ſperimenterà poſcia del languore, onde impedendoſi la reſpirazione, ne ſuſſeguiranno infiniti altri incomodi.

XXI. Le ore più comode, ed opportune ſtimarſi debbono quelle della mattina a ſtomaco digiuno, giacchè ſi ha queſto eſercizio per nocivo dopo del cibo, a cauſa che richiamandosi alla ſuperficie del corpo gli umori, si viene a conturbar la

la concozion degli alimenti : e ſpingendosi con violenza nel ſangue i ſughi ancora indigeſti , e crudi , s' incorrerebbe in molti malori. Gl' Ipocondriaci però, ed i Biliosi , come altresì le Iſteriche, non potendo tollerare il digiuno, non ſarà mal fatto , ſe pria che montino a cavallo , prendano qualche parca porzion di cibo.

XXII. E' neceſſario ancora , che le perſone, che ſoggiacciono a debolezze, ed ai flati ventrali , volendo cavalcare , ſi cingano il ventre con una faſcia , altrimenti in vece di aver dell' utile per queſto eſercizio, ne riporterebbero molto volentieri dell' ernie inteſtinali.

XXIII. Nell' eſtate, ſeguendo una copioſa eſalazione della terra , convenevole ſarà , che s' intraprenda il cavalcare nelle ore più freſche della mattina, oppure ne' luoghi ombroſi , riparati dai cocenti raggi ſolari. Nell' inverno poi volendo ripararſi dal freddo , ſi cavalcherà nelle ore più calde: avvertendoſi però , che tale eſercizio dovrà farſi allora quando l' aria ſia temperata.

XXIV.

XXIV. O ſi faccia queſto eſercizio per conſervarſi in ſalute, o per liberarſi da qualche malattia, ſi avverta a non cavalcar giammai per i luoghi, ove l'atmosfera foſſe contaminata da vapori infetti; nè ancora nelle Città, ove l'aria non è così pura, come quella della campagna, la cui amenità ſola, ſe non altro, potrà rendere lo ſpirito più allegro, e 'l corpo più ſano.

XXV. Terminato l'eſercizio, uopo è che il Cavaliere non ſi eſponga immediatamente all'ambiente; ma convien che ſi ritiri per alquanto in qualche ſtanza, acciocchè il traſpirabile ſi faccia uguale: ed eſſendo aſſalito dalla ſete, opportuno sarà di prendere, in vece di qualche fredda bevanda, un decottino di Tè, per dar più agio, affinchè aumentandoſi il giro degli umori, con più di libertà cacciar ſi poſſano le impurità per la pelle.

XXVI. In oltre è da ſaperſi, che l'ardente brama a tutti famigliare di vederci con prontezza liberati da tutto ciò, che ci moleſta, pare che ſia quella, la quale inganna la maggior parte degl'infer-

fermi, facendo loro credere inutile quel medicamento, di cui non ſperimentano con ſollecitudine il ſalutevole effetto; quindi è, che a taluni venuto in tedio il cavalcare a capo di pochi giorni, o lo traſcurano, o lo tralaſciano ſenza averne ſollievo alcuno, la qual mancanza attribuir ſi dovrà non all'inefficacia del rimedio, ma all'incoſtanza del malato.

XXVI. Intanto ci luſinghiamo di aver noi baſtantemente provato, e con ragioni, e con fatti, che queſto ſalubre eſercizio ſia più valevole di ogni altro invano ricercato medicamento, non ſolo a prolungare, ſe ſia poſſibile, la vita dell' uomo, ma a tenerlo altresì lontano dai morbi, e da una faſtidioſa vecchiezza.

XXVII. Pria di abbandonar la penna ſiaci permeſſo di avviſare, che coteſto rimedio dovrebbe eſſer tenuto a cuore; poichè non ricercando la mano de' Medici nell'amminiſtrarſi, toglie loro ogni profitto, ed in conſeguenza non può ſupporſi mala fede in colui, dal quale è ſtato promoſſo. Proteſtiamo finalmente, che le

le tante riſerve, preſcritte per tale eſercizio, ſono dirette da un Medico alla cura di un infermo: nõn intendendoſi di derogar punto al piacere, alla vivacità, ed alla deſtrezza de' giovani Cavalieri, che per vaghezza, e per eſercitare la propria robuſtezza uſar poſſono cotale eſercizio, come, e quanto meglio loro aggrada.

SAGGIO
SU GLI EFFETTI
DEL MOTO
DELLA BARCA
Nel corpo umano

DEL DOTTOR

FILIPPO BALDINI

ACCADEMICO DELL'ISTITUTO DELLE SCIENZE DI BOLOGNA, SOCIO CORRISPONDENTE DELLE DUE REALI ACCADEMIE DI FIRENZE DE' GEORGOFIDI, E DE' FISICO-BOTTANICI, E DELLE SCIENZE DI SIENA.

****
****
*****
***
*

IN NAPOLI
PRESSO I FRATELLI RAIMONDI

CON LICENZA DE' SUPERIORI.

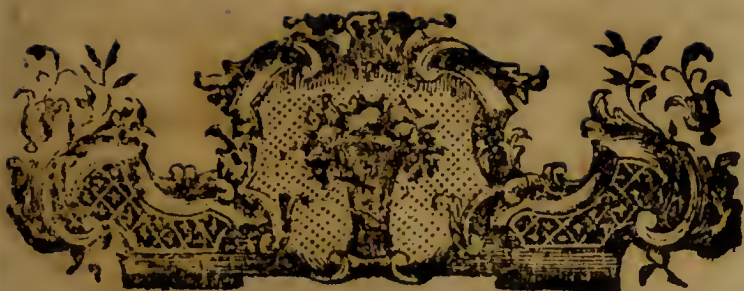
Cymbæ, & lecticæ motus, si diu duret, saluberrimus; tunc solum ad debitam perspirationem mirifice disponit. Sanct. de exercit. & quiet. 29.

PREFAZIONE

IL desiderio, che io nutro di essere utile al pubblico, nella scelta degli argomenti, che imprendo a trattare, mi spinge a pubblicare colle stampe questo Saggio, in cui ho esaminati i vantaggi, che provengono dal moto della Barca, per prevenire, e curare parecchie malattie del corpo umano. Egli è questo, se mal non giudico, un argomento molto utile, ed anche necessario, e niente meno importante degli altri, che ho procurato d' illustrare nelle antecedenti Operette, che ho date in luce.

Nell'eſame, che ho fatto del ſoggetto preſente, mi ſono induſtriato al poſſibile di tener quel buon ordine, che nelle ricerche mediche è preciſamente neceſſario: e mi ſon contentato di eſporre il vero con termini uſitati, e con quella ſemplicità, che ho ſaputo preſcrivermi tra le mediche mie occupazioni, dalle quali vengo diſtratto.

Per procedere con chiarezza, e con diligenza equivalente all' argomento, convenevole mi è ſembrato di dividere queſto Saggio in due Parti. Nella prima ſi eſaminano gli effetti, che provengono dalla voga della Barca, e dall' eſalazione degli aliti marini. Nella ſeconda ſi ricercano tutti quei mali Cronici, ne' quali poſſa giovare l' eſercizio della Barca: e ſi addita finalmente in quali circoſtanze uopo è aſtenerſene, come da coſa, che poſſa eſſere di nocumento.

PAR-

PARTE PRIMA

CAPITOLO PRIMO

De' Vantaggi della Voga della Barca nel corpo umano.

I. TRA i corporali eſercizj, onde il corpo noſtro maggiormente ſano ſi conſerva, e ſi libera non di rado da malattie, quello, come altrove ho detto, ſtimaſi più efficace, e fra tutti il più utile, che faſſi con minor diſturbo, e con minor diſpendio di forze; le

 qua-

quali ne ricavino anzi ristoro, e sollievo.
Or tra gli esercizj, che risvegliano dal letargo le nostre forze vitali, e le richiamano alle lor funzioni, senza essere come in altri furiosamente conquassate, annoverare senza dubbio si deve l' uso della Barca. Non intendo però di parlare dell' esporsi in qualunque sia naviglio all' aperto mare, e molto meno delle navigazioni lunghe, e lontane, ma soltanto dell' andare in Barchette a remi per sollazzo, che è quello, che ora ad esaminare imprendo, e che dimostrerò salutevole e commendabilissimo per tutt' i versi. Ed affinchè veggasi essere la cosa come la dico, fia di mestieri considerare, che l' andare in Barca è un moto, che benchè rassembri all' intutto passivo, tuttavolta però facilmente si comprende, che comunica dell' urto, e dell' impressione nel corpo nostro, per cui le forze vitali, animali, e naturali si aumentano vieppiù, e vengono ad esser d' ostacolo alla produzione de' morbi.

II. Il nostro corpo, qualora nella Barca è condotto, riceve un moto sempre vario, irregolare, e incostante, per il che

che gli umori in esso contenuti ondeggiar debbono, e agitarsi. Nell' atto del vogare la Barca si affretta, e riceve un impeto, che tosto rimette; ma appena che qualche grado di rimessione ha acquistato, nuovamente la voga replicata la incalza; e cotesta irregolare agitazione produce in noi varie mutazioni e cambiamenti ne' solidi, e ne' fluidi. Tutti gli uomini adunque, che spesso frequentano l' uso della Barca, ben si avveggono per loro stessi, che nell' atto, che riceve la Barca l' impeto dalla mossa dei remi, che fa il barcajuolo, manifestamente sentono farsi in essi due opposti moti non volontarj, cioè uno dalla cintura in giù, con cui a seconda dell' impeto dalla Barca sembra di andare avanti; e l'altro dalla cintura in su, con cui sembra, che si dia in dietro, o in banda: e cotesti moti, benchè non tanto gagliardi, fanno nulladimeno tanta impressione, che concorrono a produrre de' cambiamenti incredibili.

III. Chiunque è appieno informato della economia animale dell' uomo, ben vede, che il moto, allorchè noi stiamo in Barca, succeder non puote, senza che

prima i lombi nostri si distendano, e che questa distensione non può farsi, senza che agl' insigni vasi, sopra dei lombi stessi appoggiati, qualche impressione, e picciolo urto non si porti. La vena cava adunque, venendo leggiermente urtata e compressa, costringerà il sangue, ch' ella contiene, affinchè con più di velocità al cuore percorra: ed essendo altresì l' aorta sforzata e premuta, il sangue ivi racchiuso sarà con più di velocità mosso, e quindi si accrescerà il rapido suo giro. Ecco dunque dall' impressione della voga aumentata la velocità del sangue non solo arterioso, ma del venoso altresì. Imperocchè se pria dell' urto della Barca la velocità del sangue venoso era minore, e quella dell' arterioso ancora, dopo dell' urto anderà esso sangue per la vena cava al cuore con una velocità maggiore, e per le arterie percorrerà all' estremità del corpo con una velocità anche maggiore; e quindi non solamente sarà accresciuta la circolazione de' liquori tutti, ma sarà ben anche in tutt' i vasi egualbilmente aumentata, per cui gli umori poi non abbandoneranno affatto il lor composto, e non incorreranno in quel difet-

fetto, dove volentieri caderebbero in alcune circostanze, se non fossero dall' urto della Barca ajutati.

IV. Finchè sussiste quest' equilibrio, fassi un cangiamento grandissimo, ed una pronta assimilazione degli alimenti nella nostra propria sostanza. Acquista il sangue un gran nutrimento, e nessun danno ne soffre l' econcmia animale, anzi il corpo effettivamente fortificasi. Questo aumento reciproco di resistenze, a cui si dà luogo, e ne' canali, che portano il sangue ad ogni estremo della macchina, ed in quelli, che lo ripigliano per ricondurlo al cuore, produce necessariamente più azione, e più sforzo dalla parte altresì di questa potenza motrice, per superarlo. Ne siegue quindi, che tutti coloro, che frequentemente usano la Barca, debbano avere un vigore più grande, e una salute più forte. Meraviglia perciò non fia, se vediamo i marinari stessi essere per lo più di sanità stabile, e di gran vigore, i quali dì e notte, per procacciare il vitto a se stessi, e alla lor famiglia, son costretti ad andar dietro ad una faticosissima occupazion nel remigare.

gare. Essi non badano ad intemperie d'aria, mangiano con un gusto vorace, e digeriscono perfettamente i cibi più grossolani: laddove gli altri, che vivono nell' ozio, tosto risentono il menomo cangiamento dell'aria, che gli circonda, e possono appena a forza di cibi saporiti, e pieni di salse, tutte invenzioni della ghiottoneria, e non già dell' appetito, eccitare il languente loro stomaco.

V. S' intende perciò come avvenga, che i corpi di tutti coloro, che frequentano l' uso della Barca, sieno più nutriti, più vegeti, e la dimensione in ogni lor parte maggiore; onde se ne può dedurre, che il lor tuono ancora sarà più durevole, che la circolazione avrà sempre nuovo gagliardo impulso per mantenersi, che per un tempo più grande si continuerà a supplire ai bisogni della macchina, per quanto grandi sieno le sue perdite, in somma che la vita di tali uomini sarà più lunga. Con ragione adunque diceva Plinio, che gli uomini, che vivevano in mezzo mare nell' isole, e che volentieri usavano la Barca, passava-

vano i cento anni di vita saniſſimi (1). E noi ſappiamo, che gl' Ingleſi, i quali frequentemente ſi ſervono della Barca, ſieno, almeno perecchi fra eſſi, arrivati ad un' età molto avanzata.

VI. Non è coſa meno naturale, che l' uſo della Barca, corroborando i corpi umani, produce ancora una maggiore attenuazione degli umori, ed una ſecrezione più abbondante del fluido nerveo. Ed ecco perchè tali corpi hanno più diſpoſizione al moto muſculare, e trovano i loro piaceri in tutto quello, che mette in moto i ſpiriti animali. I mari ſono continuamente frequentati da gente di tal tempra, che reſa quaſi impaziente di ſtar ferma ed oziosa nella ſua patria, l' abbandona con piacere, per intraprendere viaggi diſaſtroſiſſimi e lunghi. Come appunto ſono gl' Ingleſi, gli Olandeſi, i Svedeſi, i Veneziani, i Franceſi, i Genoveſi, ed altri innumerabili, alla coſtanza de' quali iſtancabile dobbiamo la maggior parte delle ſcoperte in

(1) *Hiſtor. natural. Lib. IV.*

in quasi tutte le scienze, e le arti, che le sono andate a cercare con animo risoluto nel mezzo di mille azzardi, e di mille incomodità.

VII. Per queste istesse ragioni, non è in verun modo sorprendente, che le Nazioni, che vivono in mezzo mare, e che frequentano le Barche, amino sopra modo la guerra: e non ci recherà meraviglia se le ammiriamo dotate d' un coraggio inarrivabile, superiore a quello di qualunque altra, e capaci di mantenerlo sempre libero, ed indipendente. Chi non sa che i Popoli, che abitavano le riviere del Danubio, e del Reno, in tempo della potenza Romana, non ostante che vivessero allora senza legge, con il solo buon senso, unito alla robustezza del corpo, pure si conservarono sempre con ammirabile costanza contro una potenza sì terribile?

VIII. E che questo maggior vigore e robustezza dipenda ancora dall' aria ambiente, di cui attraverso si passa allorchè si va in Barca, non v' ha alcun dubbio: imperocchè dall' azione di un' aria va-

variante respirata, e premente la superficie del corpo, ne debbono ancora derivare quelle continue contrazioni, ed oscillazioni de' solidi, che influiscono a rendere i corpi equilibrati. Per questi stessi motivi i spiriti animali altresì si mantengono in una somma vivacità; e la costante elasticità dell'aria, che nello stomaco introducesi, tritura con facilità gli alimenti più duri. Questa dunque è la ragione, per cui le carni de' quadrupedi, e quelle de' pesci salate, o indurite al fumo, o al sole, sono i cotidiani alimenti, di cui i naviganti si cibano più volentieri, e che ne sopportano più agevolmente la quantità esorbitante. Quindi ancora s'intende perchè i Veneziani, specialmente i Nobili, benchè menino una vita sedentaria, pure giungono non di raro ad essere ben vecchi, e robusti, e valevoli ancora ad esercitare il lor forte, e vigoroso temperamento. Tutto è per l' esercizio delle gondole, ch'essi usano frequentemente. La Barca adunque supplisce a qualunque altro esercizio, ed il moto da quella, in chi spesso l'usa, impres-

presso, nella necessaria liquidità tutt'i sughi, ed il sangue mantiene, e dalle materie superflue lo libera, e lo purga.

IX. Si domanderà forse da taluni, se sia meglio usar l' esercizio della Barchetta nell'acqua salsa del mare, o nell' acqua dolce dei fiumi: rispondo, che poco meno, poco più, purchè non vi sia acqua stagnante e palustre, sia ugualmente sano l' andare in Barca per fiume, che per mare. Ed è falso quelche si pretende da non pochi, che l' andare in Barça per mare sia dannoso per gli spiriti acidi marini; imperocchè l' aria del mare da tutte le più colte Nazioni si è stimata la più pura, e la più benefica per l' umana salute (1): anzi i venti marini in qualità sono più puri di quelli di terra (2): e perciò gl' Isolani rispetto agli abitanti dentro terra, vivono più lungamente; poichè vicino al mare ciò, ch' è sottile, e tenace viene ogni giorno dal calor del sole

(1) *Mare facit aerem tenuitate, & puritate commodum*. Plutarch. Sympos. IV. quæst. IV.

[2] Ebbe a dire il grande Ippocrate: *Maritimus locus ad sanitatem saluberrimus*. Præc. v. 139.

ſole eſaltato, rimanendo quello ſoltanto, ch' è di terreſtre, e limaccioſo (1). L'Iſola di S. Giorgio nelle Bermude era ſtimata da tutt' il Mondo per la ſua aria marina talmente buona, che vi ſi mandavano gli ammalati d' Europa per riſtabilirviſi.

X. Non pochi di quei, che le prime volte uſano la Barca, riſentono qualche conturbazione di ſtomaco, vomito, e capogiro. Ciò malamente da taluni ſi attribuiſce all' inſolito odor marino, poichè ſe queſto foſſe vero, ſtandoſi ſulla riva l' iſteſſo effetto ſucceder dovrebbe; ma ſi dee piuttoſto attribuire al movimento della Barca: imperocchè il noſtro corpo qualora dalla Barca vien dimoſſo, riceve una ſempre variata, irregolare, ed incoſtante agitazione, per cui gli umori contenuti in eſſo ondeggiar debbono, e agitarſi. In chi ad un tale ſconvolgimento non è accoſtumato, la turbazione dello ſtomaco, il vomito, e il ca-

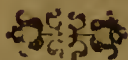
---

[1] *Neque apponat quiſquam, eos debere eſſe propter ſalſuginem maris craſſiores; natura enim terreſtris ſalis non ſurgit in vaporibus*. Verulamd. *Vent. Cap. 229. num. 10.*

capogiro dee nascere, specialmente nelle donne, e ne' fanciulli, e molto più se nello stomaco siavi materia atta ad ondeggiare. Quando poi la persona è assuefatta, nè la testa, nè il ventricolo patiscono, ma risentono volentieri i buoni effetti del variato, ed irregolare movimento nel sangue introdotto.

XI. Finalmente è da sapersi, che la gestazione in un Battello, fatta vicino la terra, e in tempo di calma, sarà salutare per gli uomini deboli, ed infievoliti, come altresì per le donne. Questa gestazione provoca, come dicemmo, il vomito nel principio, ma indi a non molto vi si va assuefacendo, e se ne conosce l'utilità. La navigazione poi in alto mare è violenta, e può portare de' cangiamenti considerabili nell' abitudine del corpo: e questo accade massimamente, se lo spirito è tra il timore, e la speranza; se il vascello risuona d'allegrezza, o se la presenza del pericolo getta l'equipaggio in una gran disperazione. Questi violenti turbamenti dello spirito son capaci di dissipar delle malattie, e di guarirle radicalmente; ma non

non è bene farne correr rischio a tutti quei, che son deboli, a' quali un' agitazione troppo violenta sarebbe senz' altro pregiudiziale.

XII. L' uso dunque della Barca è un composto di agitazione, e di riposo; ed è al pari di qualsisia altro più valevole mezzo, assai proprio a fortificare il corpo, e la salute degli uomini; e con ragione dagli Antichi fu tenuto per uno de' migliori esercizj, come quello che fassi colle forze altrui, e senza dispendio delle proprie (1).

(1) Quindi Platone. *In quo - - - - - significant corporibus omnibus motum, agitationemque non laboriosam prodesse, sive a se ipsis, sive in vehiculo, sive navi, sive aquis, sive quomodocumque aliter moveantur.* De Legib. Lib. VII.

CAPITOLO SECONDO

Degli effetti provenienti dall' esercizio della Barca per l' esalazioni marine.

I. ESaminati gli effetti del moto della Barca nel corpo nostro, egli è d' uopo passare a conoscere quei, che provengono dall' esalazioni dell' acqua marina. Io quì non voglio esporre gli effetti mirabili dell' acqua marina, nè dimostrare il di lei valore nel prevenire, e guarire le infermità della nostra macchina, avendone già altrove parlato (1). Mi basta solo per il presente argomento di mettere in veduta l' azione degli aliti marini sul corpo umano, allorchè si stà in Barca. Volendo dunque ciò dimostrare, fa di mestieri ammettere per certo prima d' ogni altro, che la circolazione de' fluidi ben regolata in tutt' i vasi, che sono sparsi nel nostro corpo, sia l' unico fondamento, che lo conserva, e lo difende dalla corruzione. Ne siegue quindi, che tutto quello, che con-

(1) Veggasi il nostro Saggio de' Bagni marini.

conserva la fluidità del sangue, è il più conveniente, e necessario alla vita. Il seccarsi che fà il sangue, dimostra che in se contiene delle parti solide, di natura o solfuree, o viscose, che non di rado si corrompono, e producono de' notabili sconcerti in certe parti, o in tutta l'intera macchina.

II. Egli è certo poi, che gli aliti marini penetrano nel nostro corpo, e si confondono col sangue; poichè le particelle componenti cotesti aliti sono più picciole di quelle dell'aria, giacchè sanno talvolta introdursi dove le aeree non possono penetrare. Gli aliti s' insinuano nelle pelli degli animali, benchè secche, e convertite in cuoj. Ma affinchè seguano de' vantaggiosi effetti, si ha da supporre un certo grado d'elasticità nelle nostre fibre, altrimenti introdotti nel nostro corpo gli aliti marini raffredderebbero soltanto i nostri umori, senza aumentare la forza de' solidi, la quale è necessaria all' attenuazione di essi umori.

III. I vapori dell'acqua marina innalzati nell'aria, mediante il calor del sole,

 si

ſi attenuano col moto, e col calore, e per le vie ordinarie penetrano nel corpo, allorchè ſtiamo in Barca. Coteſti vapori agiſcono allora con forza su de' noſtri viſceri, ed aumentano ſempre più la loro facoltà eſpulſiva in tal modo, che ſi viene a comunicare energia a tutte le parti. Che queſto effetto dall' eſalazione dell' acqua marina debba produrſi, lo dimoſtrano a baſtanza i marinari ſteſſi, i quali quando ſudano, tramandano dalla lor pelle un alito ſimiliſſimo all' odore dell' acqua marina. Nè ſi può mettere in dubbio, che da' ſali marini nel corpo introdotti, poichè queſti hanno il valore di animare le forze, e di coadjuvare le animali funzioni, ne debba naſcere nell' individuo di quelli, che frequentano l' eſercizio della Barca, un numero infinito di effetti, che troppo lungo ſarebbe il rammentare. Per queſto ſi può dire in generale, che il temperamento de' marinari è molto robuſto, l' azion vitale più vigoroſa, ed il corpo più nerboruto di qualſivoglia altra gente.

IV. Per eſſere i ſali marini, qualora

lora ſono introdotti nella noſtra macchina, riſolventi, ed attenuanti, debbono molto volentieri ajutare la nutrizione; facendo sì, che l'incremento dell' intera macchina ſia proporzionato, e coſtante. Qual meraviglia dunque ſia, ſe vediamo anche i Nobili, e i Signori, che ſpeſſo montano ſulla Barca, godere più robuſtezza, il che gli fa vivere in una ſomma ilarità? Queſto ſpirito giocondo arriva in alcuni a tal ſegno, che credono che la felicità conſiſta nell' andar per mare continuamente. Io non voglio adeſſo aſſerire ciò, che dicono degl' Ingleſi, degli Olandeſi, e de' Veneziani, cioè che ſe la maggior parte di eſſi godono robuſtezza, e che ſono meno degli altri popoli ai morbi ſoggetti, ciò naſca perchè i loro corpi ſono continuamente imbevuti d' aliti marini, mercè de' quali il lor ſangue circola egualmente, e l'eſcrezioni ſi fanno regolarmente.

V. Nè minor forza di quella, che ricevono dall' eſalazioni de' ſali marini i ſolidi del corpo umano, riceveranno ancora gli umori. Il ſal marino è attiſſimo a ſciogliere le concrezioni, che ſi

 fanno

fanno alle volte ne' nostri umori. Egli è quello, che ha l' attività di dividere, e attenuare perfettamente le parti eterogenee del sangue, e così ne impedisce la mutua adesione e conglutinazione. Il sal marino è pur quello, che scioglie quanto d' inutile vi trova e viscoso, e che s' imbeve di varie sorti di sali, e fuori del corpo le caccia per le vie convenienti. Dal che si vede, che la mancanza dell' esalazioni marine in certe Nazioni, per essere lontanissime dal mare, è il più delle volte la sorgente di mille infermità.

VI. L' esalazioni marine sono altresì valevoli a risvegliare in noi l' appetito: in fatti il sal marino è il più atto sciogliente degli alimenti, il più idoneo a destarne le parti chilose, e il più potente a far entrare, e condurre il sugo nutritizio ne' pori interni delle parti. Desso è il detersivo per le mucosità viscose e tenaci, che coprono le pareti glandolose dello stomaco, e del duodeno, dando così della facilità a' sughi dissolventi a poter mescolarsi in maggior copia con gli

gli alimenti, e ridurli in buon chilo. Adunque chi va per mare, quanto più riceve esalazioni d' acqua marina, altrettanto più vantaggio ritrarrà dall'esercizio della Barca.

VII. Mi resta finalmente a dimostrare, che l'uso della Barca conviene ad ogni costituzione di uomini, e ad ogni temperamento. Primieramente nelli soggetti sanguigni, i cui vasi si arrendono, e volentieri s' ingrandiscono, l'uso della Barca, per il moto ch' eccita, e per l' esalazioni marine, dee avvalorare in essi il giro degli umori, e così si anderanno a prevenire molti sconcerti, che sogliono derivare dalla lenta, e difficultosa circolazione. In quanto agli uomini biliosi, ne' quali l' economia animale è continuamente irritata e sconvolta, l' esercizio della Barca, per le continue marine esalazioni, tempera il lor calore eccessivo, e rendendo la traspirazione più libera, fa sortir le parti irritanti per i meati escretorj della pelle, che sono allora aperti. Cotesto esercizio parimente riuscir profittevole dovrà a' melancolici, stemperando

 ne.

ne, a cagion del moto irregolare, che eccita la voga della Barca, il sangue fisso, e ne scioglie quindi le viscosità.

VIII. Cotesto esercizio conviene altresì in tutte l'età degli uomini. Si sà per la cotidiana sperienza, che a' giovani assai convengono i rimedj stemperanti, per la quantità abbondante del lor sugo nutrizio, da cui ne vengono molti mali. Ne siegue da ciò, che l'uso della Barca non è per essi men utile, poichè assottiglia gli umori, e ajuta le secrezioni. Nè l'istesso esercizio perde di sua virtù nel conservare la sanità nell'età virile, ch'è soggettissima a' mali infiammatorj, e ai moti repentini. E nella vecchiezza finalmente l'uso della Barca è di un buonissimo e prestantissimo giovamento in ogni tempo.

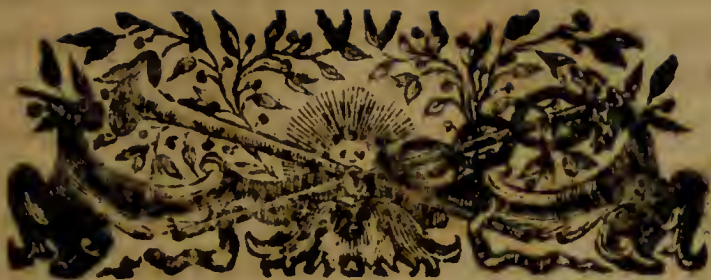
IX. Fatte queste riflessioni, mi par sempre più che si possa assicurare, che quelche m'ho preso l'incarico di sostenere, sia divenuto presentemente una verità incontrastabile; come potrà meglio giudicare chiunque faccia riflessione alle Nazioni, che abitano in luoghi marini. Ho già dimo-

mostrato, che gli aliti del sal marino son quelli, che introdotti nel nostro corpo, ne variano i moti, e possono volentieri disporre quelli dell'animo ad alcune abituali disposizioni. I Fenicj, ed i Cartaginesi erano una volta debolissimi, infingardi, ed oziosi, ma le guerre, che furono obbligati a sostenere per mare, contro alcuni loro vicini inquieti, gli resero meno oziosi, ed inspirarono loro più coraggio.

IX. Qual Nazione è stata più oziosa della Russa? Eppure dopo che incominciò a navigare, ajutata dalle istruzioni, che da' suoi Principi le furono somministrate, s'è resa oggi il terrore de' popoli. Gl'Inglesi, gli Olandesi, i Svedesi, i Francesi, i Scozzesi, ed altri umili una volta popoli infingardi e deboli, per il continuo uso della navigazione, ch'essi fanno, hanno estirpata quella naturale lor costituzione, ed oggi sono comunemente vigorosi, vermigli, e di buonissimo aspetto. Ma che cosa mai ha potuto produrre in essi sì solenni mutazioni? Io ho per certo, che si possa sicuramente asserire,

rire, che siasi prodotta questa variazione per la mistione, che in essi si è fatta degli aliti marini col sangue.

XI. Sarebbe quì il luogo di fare mille altre considerazioni in vantaggio dell esercizio della Barca; ma per non oltrepassare i limitati confini d'un picciol Saggio, su del valore del moto della Barca, il più opportuno sarà, che io passi ad altre cose, che convenienti sieno al breve proseguimento del proposto argomento.

PAR-

PARTE SECONDA

CAPITOLO PRIMO

Delle malattie, alle quali giova l'esercizio della Barca.

I.
Ssendo la Medicina una ſcienza, la quale non contenta di rimanere ne' confini della cognizione ſpeculativa, paſſa altresì ad applicare alla pratica i ſuoi documenti, ſarà convenevole, che dopo di avere eſpoſti tutti gli effetti, che provengono dal moto della Barca, io paſſi ad eſa-

esaminare quelle malattie, che da coteſto esercizio poſſono ritrarre alleviamento, e guarigione. La debolezza de' solidi del noſtro corpo è il più delle volte una ſorgente di varie, ed infinite croniche malattie; perciò l' uſo della Barca può eſſere utile a fortificarli, affrettando ſoavemente il moto di quegli umori, ch' eſſi rinchiudono: e per l' esalazioni marine, che inumidiſcono, e ammorbidiſcono i noſtri ſtami, l'iſteſſo esercizio può altresì riuſcir vantaggioſo nella rigidezza ſoverchia di alcune parti del corpo umano.

II. Traendo origine la maggior parte delle febbri croniche dalla ſoverchia preſtezza del moto del cuore, congiunta ad un'eceſſiva rigidezza de' vaſi capillari, l' esercizio della Barca può eſſere in eſſe di profitto: imperocchè ſi vengono, ſpecialmente per l' esalazione de'ſali marini, a ſciogliere le tenacità, e per la lor virtù purgativa, e diuretica, ſi coadiuva lo ſcolo degli umori, che ſi trovano coagulati, e fuori ſi eſpellono. Quando poi vi ſia negli umori noſtri una diſpoſizione corruttiva, e che qual-

qualche piaghetta de' polmoni, o d'altro viſcere abbia tramandato nel ſangue de' fermenti ſottili, propriſſimi ad ingenerare una tiſica, o tabida corruzione, non ci è forſe coſa migliore dell'eſercizio moderato della Barca; poichè la virtù degli aliti marini rintuzza la forza del fermento, e ajuta maravaglioſamente l'eſpulſione delle impurità, ſenza cagionare l'efferveſcenza del ſangue.

III. L'eſercizio della Barca per il moto irregolare, che induce ne' noſtri umori, dee parimenti nelle febbri quartane, terzane, ſemplici, e doppie, ed in tutte le intermittenti riuſcire utiliſſimo; imperocchè in queſte febbri il fegato, o gli altri viſceri addominali ſono ingombrati da umori denſi, e coagolati, e le prime vie da crudezze; perciò coteſto eſercizio diſſolvendo, ed attenuando gli umori arreſtati, ed inducendo forza alle inteſtina per evacuarli, merita fuor d'ogni dubbio la preferenza ſopra degli altri laborioſi corporali eſercizj. Ed in oltre per l'eſalazioni marine introdotte nel ſangue ſi viene a mitigare il calor febbrile, ed a diſſol-

dissolvere, e a rendersi fluido tutto ciò, ch'è denso, cosicchè nel tempo che si fermano i movimenti intestini di cotali moti febbrili, se ne correggono altresì le cagioni.

IV. V' ha nel sangue di taluni una tal viscosità, che il più delle volte degenera in concrezione acrimoniosa, producendo quindi de' dolori reumatici, o artritici. Il nostro esercizio può molto riuscire per eseguire la purgazione degli umori viscidi, sì perchè eccita del moto, che scioglie tutto ciò, ch' è tenace, sì ancora per gli aliti marini, i quali operano come altrettanti sicuri, facili, e men pericolosi rimedj purganti, mercè de' quali si possono quindi cacciar fuori dal corpo gli umori condensati.

V. Se l'uso de' rimedj nervini produce una robustezza per qualche tempo, l'intervalli di tali effetti sono ordinariamente passeggieri; laddove gli effetti del moto della Barca sembrano più durevoli: e da ciò ne siegue, che l'uso moderato della Barca può alle volte riuscir profittevole per mitigare i periodi convulsivi, pur-

purchè la persona sia già alla voga della Barca assuefatta, nè da quella riceva disturbo di stomaco, o capogiro; ed è forse il migliore, che si possa adoperare nelle convulsioni periodiche. I più saggi Medici dicono, che chiunque troverà un rimedio atto ad ajutare la digestione, contribuirà più a prevenire, o a mitigare almeno se non altro le convulsioni; imperocchè quei sughi, che derivano da una mala digestione, ristagnandosi, diventano talmente acri, che irritando, producono gli spasimi. Perderebbe il tempo chi pretendesse di fare ostacolo alle convulsioni con rimedj farmaceutici, perchè questi nell' atto che porgono qualche sollievo al sintoma, rinforzano volentieri la causa immediata delle convulsioni; ma piuttosto ritroverebbero qualche sollievo dall' esercizio della Barca, come quello, che inducendo scotimento nel corpo nostro, può facilmente, ajutando la digestione, mitigare la forza de' periodi convulsivi.

VI. Essendo i nervi gli organi della sensazione, ne siegue, che i loro moti convulsivi possono in altri mali mascherarsi.

Così

Così gli accidenti ipocondriaci, e isterici nascono dalla contrazione spasmodica, che s' introduce negl' intestini, e nell' utero, e che si comunica a tutto il sistema de'nervi, per la corrispondenza, che v'ha tra queste parti. Or quello che alle convulsioni conviene, può altresì in cetesti mali giovare. Il nostro esercizio, che racchiude in se un grado de' rimedj corroboranti, e resolventi, sarà di grand' ajuto per alleviare i periodi ipocondriaci, e isterici; poichè ha valore di fortificare l' armonia delle parti nervose, dissolvere, con l'ajuto degli aliti marini, i viscidi umori, e di acchetare con tal mezzo gli spasimi.

VII. Nella melanconia parimente l'uso della Barca, adoperato nel principio, può far buonissimo effetto, raddolcendo validamente, e calmando le contrazioni spasmodiche eccessive delle fibre. Nè credo che vi sia cosa più utile di cotesto esercizio ne' dolori continui di testa, prodotti da debolezza de' visceri di essa testa, o da stupidezza degli organi de' sensi; perchè rinvigorisce, e rianima coll' odore dell' acqua marina le animali funzioni, e vale

vale meglio di tutt' i rimedj nervini ; e corroborando lo ſtomaco, facilita la digeſtione de' cibi.

VIII. Le idropiſie ſon meſſe nel numero delle malattie o più difficili a ſanarſi, o quaſi fra le incurabili. Se però vi ha luogo ancora alla guarigione, non evvi ſpecifico maggiore dell' eſercizio corporale, adoprato ſul principio: rimedio dagli Antichi decantato oltremodo, che fa riſolvere i nodi già ne' viſceri formati. Il frequente, e lungo uſo della Barca dee eſſere uno de' ſoccorſi per queſte malattie, perchè cotal' eſercizio poſſiede una proprietà atta a riſolvere i nodi, a fortificare il tuono de' ſolidi, e la forza delle loro fibre, le quali rilaſſate ſi trovano. E ſiccome in tali mali ſi debbono ſoſpingere gli umori per la traſpirazione, e deſtare l' orina, così niuna coſa ſi può meglio uſare della Barca, che tali effetti produca.

IX. In queſto clima lo ſcorbuto a dì noſtri ſi può ſtimare una malattia univerſale. Quaſi tutti vi ſiam ſoggetti, e dal più al meno quaſi in tutt' i mali ve n' entra. La cacheſſia è a un di preſſo d'una ſteſſa ſpe-

cie dello ſcorbuto; poichè dalle ſteſſe cauſe procede, è va con gli ſteſſi ſintomi accompagnata, che ſono in tanto numero, e cotanto diverſi, chè ſi può valutare lo ſcorbuto per una cacheſſia generale, che infetta tutta l'abitudine del corpo umano. Si sà beniſſimo, quanto ſia difficile la cura di uno ſcorbuto invecchiato, e quante volte diviene incurabile ſotto de' più valevoli rimedj, talchè noi ſiamo obbligati a variarli, e mutarli, ſecondo i diverſi periodi del male. L' uſo della Barca può ſciogliere, per il moto, ch' eccita, il ſangue, e le concrezioni della ſua parte fibroſa; e gli aliti marini, che s'introducono nel noſtro corpo, poſſono altresì ſtruggere l'acredine ulceroſa degli umori, e come deoſtruenti aprono, e rinettano i vaſi, riſtabiliſcono la loro forza, rinvigoriſcono la digeſtione, i cui vizj erano cauſa principale dello ſcorbuto.

X. Son perſuaſo, che l' uſo della Barca riuſcir potrebbe ſalubre agli uomini, che comodamente vivono in queſta Città, i quali poichè rade volte vanno all' aria aperta, nè fanno molto eſercizio, aſſai

ſai perciò vantaggioſo per eſſi ſarebbe, come il migliore equivalente dell' una, e dell'altro, l' uſo di coteſto eſercizio. Nè picciolo ajuto arrecherebbe altresì alle noſtre donne, la maggior parte delle quali ſono pallide, ſmunte, ed oggimai divenute vittime dell' indigeſtione, e de' vapori.

XI. Chiunque eſaminerà con attenzione il fin quì detto, conchiuderà facilmente, che l' azione de' vaſi ſopra de' fluidi in eſſi contenuti, indebolita che ſia, tutte eſſer poſſono danneggiate le funzioni del corpo; imperocchè la forza di tutte le funzioni, ſiccome dicemmo, dipende dall' azion de' ſolidi ſopra de' fluidi, e di queſti ſu de' ſolidi; e che queſta è la vera ſorgente delle malattie. Or toſto, che gli effetti de' morbi ſi ſcoprono ai noſtri ſenſi, non v' è difficoltà a conoſcerne la cauſa.

XII. Pare, che tener non ſi poſſa in Medicina una condotta più ſaggia, quando ſi tratti di guarir le malattie, che di aver ſempre ſotto degli occhi la prima cagione, da cui tutto il reſto proviene: perocchè da queſt' unico fondamento ottener ſi poſſono de' poſſenti aju-

 ti

ti. Ma se si vuole efficacemente badare alla guarigione de' pericolosi mali provenienti da debolezza de' solidi, il rimedio più sicuro e più pronto da adoperarsi si è l'uso della Barca; specialmente se la cura è intrapresa a tempo, se il malato è in istato di praticarlo, e se osserva il regolamento che conviene; imperocchè non v'ha quasi abbattimento, da cui non possa l'esercizio moderato della Barca sollevare il corpo; e produrrebbe ben' esso altri effetti, già divisati, se prevenuto non fosse il Pubblico dal pregiudizio, che oggi è troppo famigliare presso tutti, di avere avversione per l'uso della Barca nelle malattie, perchè non viene dalle farmacopee.

XIII. Quelli, il temperamento de' quali è mal sano, e minacciato da distruzione di qualche viscere importante del basso ventre, e che hanno provato inutilmente gli altri rimedj immaginabili, non da altro sperar potranno qualche sollievo, che dall'uso della Barca. Mi ha più volte testificato l'esperienza, che questo esercizio non lascia giammai di produrre

durre de' buoni effetti, e di diminuire notabilmente la violenza de' sintomi: nè vi è stata differenza riguardo al tempo, essendo taluni guariti più presto, ed altri più tardi, secondo l'ostinatezza del male di ciascuno.

XIV. Ma il maggior vantaggio, che si ottiene dall'uso della Barca nelle malattie, si è, che seguendolo non si espone la nostra macchina ad essere fieramente alterata, e sconvolta. Conviene dunque a questo esercizio attenersi, e questo è un mezzo sol conveniente per conservare le funzioni in uno stato di libertà, e di sveltezza, e d'impedire l'unione delle pareti de' vasi capillari, donde poi nascerebbero infinite malattie, massime quando la costituzione sia assai depravata.

XV. Se la dottrina da noi stabilita è su di chiare ragioni fondata, possiamo liberamente affermare, che il moto della Barca mantiene, e ajuta l'escrezioni, e che la sua virtù consiste in buona parte, anzi principalmente in tale operazione; imperocchè abbiamo già notato, che quando le salutari evacuazioni si fer-

mano, e quelle impurità, che doveano fuori uscire, fanno riflusso nell' interno del nostro corpo, allora si somministrano de' fomiti maggiori alle malattie.

XVI. Ogn' uomo attento a conservar la salute s' istruirà tra l' altre cose della natura degli esercizj corporali, specialmente dell' uso della Barca, come il più confacente per ogni sorta di persone. Non si deve ricorrere ai rimedj chimici, quando si può guarire il male coll' esercizio della Barca. Ho veduto molte persone perfettamente guarite, o considerabilmente migliorate, le une dall' Ipocondria, da cui erano tormentate, e le altre dalle Convulsioni per avere usata la Barca; senza parlar di quelli, che sono stati liberati collo stesso mezzo da crudeli malori, dai quali erano afflitti già da gran tempo; nè di quelli, in cui ha per lo meno diminuito la violenza de' mali, o si è accorciata la durata degli accessi de' medesimi.

XVII. Quindi possiamo finalmente conchiudere, che il moto della Barca sia il più conforme alla nostra sanità, e il più capace per coadjuvare le animali funzioni.

zioni . Mi lusingo però, che non vorrà altri conchiudere , che l'esercizio della Barca sia da me stimato universale, e infallibile rimedio ne' mali tutti, e quel solo, a cui si debba aver ricorso. Non solo protesto, che non ho questa opinione, ma sinceramente confesso, che l'ho qualche volta veduto fallire : e generalmente non conosco rimedio veruno, che non possa far male a taluni, rispetto a certe circostanze, in cui si trovano certi altri, che vengono assaliti dalla medesima malattia, nella quale utilissimamente viene adoprato : e sarebbe anche un errore di rimettersi del tutto all' uso della Barca , e trascurare gli altri ajuti, che si sogliono adoperare utilmente in diverse circostanze di malattie dai savj , e prudenti Medici .

CAPITOLO SECONDO

Delle cautele da osservarsi nell' uso dell' esercizio della Barca.

I. NON convien credere, che quando si fa uso della Barca, per ricuperare la sanità, allorchè è perduta, non occorrano più gli altri ajuti interni, destinati a correggere le cagioni morbifiche; poichè la virtù specifica di questi, unita al moto della Barca, è quella, che affretta vieppiù le curagioni. Bisogna però che l' uso del nostro esercizio sia regolato da metodo conveniente per modo, che il Medico non solo conosca il tempo da praticarsi, ma sappia a puntino quanto tempo s' abbia da continuare, e qual maniera di vivere sia conveniente, quando per la cura delle malattie s' intraprende l' uso della Barca; imperciocchè queste riflessioni intorno allo stato dell' infermo importano molto, per poter pervenire al fine desiderato, purchè il male non sia tale, da resistere agli effetti di cotesto esercizio.

II.

II. Non si può determinare giustamente la maniera di servirsi della Barca; se di quella a remi, o a vele; se vicino al lido debba camminare, o in alto mare; ma conviene regolarsi sempre colla natura del morbo, e collo stato dell'infermo. Le persone di un corpo forte, pletorico, grasso, ricercano una navigazione a vele in alto mare: e a' remi poi vicino al lido la esige quell'uomo, ch' ha il corpo molle, delicato, infievolito, e magro oltremodo. Egualmente sembra difficile determinare, quale stagione più convenga per far uso della Barca; ma generalmente parlando nell' estate conviene, che s' intraprenda l' uso della Barca nelle ore più fresche; nell' inverno poi, se pure il mare è in calma, si anderà nelle ore più calde, rispettivamente al tempo, con cautelarsi bene dall' ambiente freddo. Si avverta però di tenere in tal tempo ben custodito il corpo. Adunque secondo l' assuefazione, ed i comodi, che provengono dalle circostanze del mare, convien ridursi a praticar l'uso della Barca in una stagione più che in un' altra.

III.

III. La continuazione poi di coteſto eſercizio dee eſſer proporzionata alla natura, e pertinacia del male. Un male di anni ricerca più tempo di un mal freſco; e quello ch' è grave più di quello ch' è leggiero. Le affezioni nervoſe, e le debolezze più di quelle, che riſiedono nella maſſa del ſangue: e l' eſercizio ſi dovrà continuare, ſintanto che ſieſi perfettamente guarito. Finchè il male principale, o quello, che ſerve di baſe agli altri malori, ſuſſiſte in qualche modo, e che ſi riceve del giovamento da queſto eſercizio, fa di meſtieri continuarlo: ma nel caſo che rieſca contrario, e che produca de' vomiti, o capogiri, è più ſicuro il tralaſciarlo. Quando poi ſieſi avuta la ſorte di liberarſi dal male, non ſarebbe imprudenza, ſiccome ſuccede nell' uſo di tutti quaſi i medicamenti, di ſervirſene a ſuo piacere, come ſemplice e puro divertimento: imperocchè coteſto eſercizio non aſſoggetta quei, che l' uſano, a gran fatica, o a diſpendio di forze, nè a perdita di ore per l' economia animale; anzichè ſtando in Barca chi che ſia, potrà a ſuo bell'agio dormi-

mire, nutrirsi, e riposar come gli piace, nel tempo che la Barca fa il suo cammino.

IV. Considerate le cautele da osservarsi nell' uso della Barca, quando si va in cerca di ricuperar la già perduta sanità, resta in ultimo luogo a parlare del danno, che potrebbe cagionare, se mai in certi mali si adoprasse. Egli è cosa evidentemente chiara, che l' uso della Barca è estremamente nocivo, a chi soffre mali e disturbi positivi di capo, massime nelli vertiginosi, ed in tutti coloro, che hanno della lesione nel cervello; poichè colla Barca si potrebbero cotali malattie accrescere molto volentieri.

V. E' contrario altresì il nostro esercizio a tutti quei, che soffrono delle emorragie; perchè l' esalazioni marine potrebbero volentieri stimolare il sangue, ed accrescere per conseguenza il di lui sbocco: e suole altresì nuocere a chi soffre de' sputi sanguigni; imperocchè può cotesto esercizio per i sali marini mettere a pericolo la vita dell' infermo. Nè dee giammai prescriversi a quei, che son soggetti all'

all' emorroidi , come neppure alle donne gravide.

VI. Questo è quanto ho creduto più importante per dimostrare l' efficacia dell'uso della Barca nel corpo nostro ; per cui ho stimato convenevol cosa , che il metodo d' adoprarsi per la cura delle malattie , sia bene esaminato secondo la natura, situazione , e temperamenti degl' infermi . A tal fine ho creduto ben fatto di prescrivere le generali precauzioni , che osservar si debbono nella cura de'mali, che costituiscono la parte più importante della Medicina ; ed ho nel tempo istesso procurato di mettere questa materia nel suo vero lume , perchè ognuno sia in istato di giudicarne.

IL FINE.

INDICE

Delle materie delle quali si tratta nel presente Libro.

§. I.

§. II.

CAPITOLO SECONDO

DEGLI EFFETTI DELL'USO DELLA BARCA NEL CORPO UMANO